மனம் விரும்பியதை நிகழ்த்திக் காட்டுங்கள்

ஏ.வி.ஆர்

இது ஒரு ஆல்ஃபா அட் ஒமேகா மைய தயாரிப்பு

ஆல்ஃபா அட் ஒமேகாவிற்காக
வெளியிடுவோர்

அதுல்யா பதிப்பகம்,
தமிழ்நாடு,
இந்தியா

முன்னுரை - உள்ளே நுழையுமுன்

என் சிறுவயது முதலே நான் பல கனவுகளோடு தான் வாழ்வை வாழ்ந்திருக்கிறேன். எல்லோரும் அப்படித்தான். வாழ்க்கை குறித்த கனவுகள் விரியும் போது, ஆகாய அளவிற்கு ஆசைகள் இருக்கும் போது, வாழ்வின் வண்ணங்கள் நம்மை குதூகலிக்க செய்யும். என்னுடைய "சினிமாக் கனவு" முதல் எல்லாமே அப்படித்தான். மனம் பலவற்றை விரும்பும். ஆனால் அதே நேரத்தில் விரும்பிய அனைத்தும் நிறைவேறுவதில்லை. ஏன், எதனால் என்று நான் அந்த நேரத்தில் கேள்வி எழுப்பியிருக்கிறேன்.

"உன் தகுதிக்கு தக்கவாறுதான் நீ கனவு காண வேண்டும். உன் விருப்பங்கள் எல்லாம் எல்லைக்குட்பட்டதாக இருக்க வேண்டும்" என்று சுற்றி இருந்தவர்கள் சொல்லிக் கொடுத்தனர்.

மீண்டும் மனதில் பல கேள்விகள். விருப்பங்களுக்கு என்று ஏதேனும் வரைமுறை உள்ளதா? எதற்காக இந்த எல்லைக் கோடுகள். ஆரணியில் இருந்தபடி மனம் அமெரிக்காவின் ஹாலிவுட்டில் சென்று படம் எடுக்க கனவு காண்கிறதே. மனதிற்கு எல்லைகள் கிடையாது. ஆனால் இந்த விருப்பத்தை நிறைவேற்ற மட்டும்தான் எத்தனை எல்லைகள், எத்தனை தடைகள். இதையெல்லாம் தாண்டி என் விருப்பங்களை நிறைவேற்ற முடியாதா? என்ற கேள்வித் தொடரின் விளை

வுதான் இந்த புத்தகம். என் வாழ்க்கையின் பல நிகழ்வுகள், பல படிப்பினைகள், பல பயிற்சிகள் என்று அத்தனையையும் இப்புத்தகத்தில் ஆவணப்படுத்தியிருக்கிறேன்.

இதுவரை நீங்கள் ஏராளமான புத்தகங்கள் வாசித்திருப் பீர்கள். குறிப்பாக சுயமுன்னேற்ற நூல்கள், ஈர்ப்பு விதி குறித்து பேசுபவை, ஆழ்மனம் குறித்து பேசுபவை என்று பலவற்றை நீங்கள் வாசித்திருக்கக் கூடும். இவையெல் லாம் இப்படி கூட இருக்கிறதா என்று அவற்றில் சொல் லப்பட்டுள்ள கதைகள் கேட்டு நீங்கள் ஆச்சரியப்பட்டி ருக்கக்கூடும். இந்த புத்தகத்தில் கூட ஏறக்குறைய அதே தகவல்கள்தான் தரப்பட்டிருக்கின்றன. ஆனால் அவற் றின் மற்றொரு பரிமாணத்தை இங்கு நீங்கள் பார்க்கப் போகிறீர்கள். இங்கு அவற்றை உங்கள் கதைக்கு நீங் கள் பயன்படுத்தப் போகிறீர்கள். மனம் எப்படி செயல் படுகிறது, நாம் வாழும் இப்பிரபஞ்சத்தில் எல்லாம் எப் படி வடிவமைக்கப்பட்டிருக்கிறது, அந்த வடிவமைப்பை நமது விருப்பங்கள் நிறைவேற நாம் எப்படி பயன்படுத் திக் கொள்ளலாம் என்று கற்றுக் கொள்ளப்போகிறீர்கள். உங்கள் மனம் கொண்டிருக்கும் விருப்பங்களை நிறை வேற்ற செயல்களை மேற்கொள்ளப் போகிறீர்கள்.

இடையில் அங்கங்கு என் அனுபவங்களை கதைகளாக சொல்லியிருக்கிறேன். சொல்லப்பட்டிருப்பவை அவற் றிலிருந்து விளைந்தவையே. நீங்கள் படிப்பதை எளி தில் புரிந்து கொண்டு உங்கள் தலை மேல் பல்பு எரிய வைக்க சில முன்னோடிகளின் வார்த்தைகளை யும் மேற்கோள் காட்டியிருக்கிறேன்.

நான் இந்த புத்தகத்தில் சொல்லியிருப்பது எதுவும் மாயா ஜாலம் இல்லை. மந்திர தந்திரம் இல்லை. நாம் வாழ் வில் இது வரை புரிந்து கொள்ளாத சில விஷயங்களை எளிமைப்படுத்தி வேண்டிய அளவுக்கு மட்டும் புரியவைக்க முயற்சி செய்திருக்கிறேன். இது வரை நீங்கள் செய்ய மறந்த ஒரு காரியத்தை இந்த புத்தகத்தின் மூலமாக உங்களை செய்ய வைக்க முயற்சிக்கிறேன். அவ்வளவுதான். "மனம்" என்ற ஆற்றல் மிக்க சாதனத்தை சரியாக பயன்படுத்தவும்,

இந்த எல்லையில்லாத பிரபஞ்சத்தில் நாம் எல்லைகளற்ற வர் என்பதை புரிய வைக்கவும் முயற்சிக்கிறேன். ஒவ்வொரு அத்தியாயத்திலும் ஒளிந்திருக்கும் பேராற்றல்மிக்க ஒன்றை உங்களுக்கு சூட்சுமமாக தெரிவிக்க முயல்கிறேன். இப்புத் தகத்தை வாசித்து, இதிலுள்ள விஷயங்களை சரியாக உங் கள் வாழ்க்கையில் பயன்படுத்த தொடங்கும் போது உங்கள் வாழ்க்கை மாயாஜாலம் போல மாறுவதைக் காண முடியும்.

ஆல்பர்ட் ஐன்ஸ்டீன் சொன்னது ஞாபகம் வருகிறது

> "இந்த உலகத்தில் இரண்டே சாத்தியக்கூறு தான் இருக்கிறது. ஒன்று இந்த உலகத்தில் இருக்கும் எல்லாமே அற்புதம். அப்படி இல்லையென்றால் எதுவுமே அற்புதம் இல்லை"

ஒரு முறை வாசியுங்கள். மனதில் மீண்டும் மீண்டும் சொல் லப்பட்டுள்ள கருத்துக்களை அசை போட்டுப் பாருங்கள். மீண்டும் வாசியுங்கள். இந்த முறை அத்தியாயங்கள் புதிய பரி மாணத்தில் ஏதேனும் சொல்கிறதா என்று ஆய்வு செய்யுங் கள். பயிற்சிகளை செய்து பாருங்கள். பிரபஞ்சத்தின் பிரம் மாண்ட வடிவமைப்பில், உங்கள் விருப்பங்களை நிறைவேற் றிக் கொள்வதற்கு தேவையான அடிப்படை புரிதல்களுக் கான பயணம் இது. உங்கள் வாழ்வின் புதிய பரிமாணத்திற்கு, புதிய திசை நோக்கிய பயணத்திற்கான ஒரு தொடக்கம் மட் டுமே இது.

இது உங்களுடைய பயணம். இலக்கும், படகும் உங்களு டையது ஒரு திசைமானி போல ஒரு சிறுகருவியாய் மட்டுமே நான் இருக்கப் போகிறேன். என் அனுபவங்கள் கொண்டு உங்களுக்கு ஒரு வழிகாட்டி பலகையாக இருக்க போகி றேன். இடையூறுகள் வரும் நேரத்தில் கவலை வேண்டாம், என்னைப் பயன்படுத்திக் கொள்ளுங்கள். பயணத்தின் வழி நெடுக ஆச்சரியங்கள் காத்திருக்கின்றன. வாருங்கள் பய

ணத்தை இனிதே தொடங்கலாம்.

அன்புடன்,

ஏ.வி.ஆர்.

அர்ப்பணிக்கிறேன்!!

என்னை நல்ல நிலையில் காண பேரவா கொண்ட எனது தெய்வத்திரு பாட்டி மற்றும் தாத்தா அவர்களுடைய நல் லாசியுடன், எத்தனை தோல்விகள் வந்தாலும், எத்தனை முறை வீழ்ந்தாலும், நிபந்தனையற்ற அன்புடன் இன்று வரை அரவணைத்து என்னை கொண்டு செல்லும் என் அப்பா, அம்மாவுக்கும், நேசத்துடன் இப்புத்தகம் முடியும் வரையி லும் நான் சோர்ந்தாலும் என்னை ஊக்கப்படுத்தி என்னுட னேயே இருந்து எழுத்திலிருந்து இறுதி வடிவமைப்பு வரை எனக்காக செய்து இந்த புத்தகத்தை இவ்வுலகத்தில் ஒரு பொருளாக காண உதவிய என் முதுகெலும்பாய் நிற்கும் என் அன்பு மனைவிக்கும், என்றென்றும் எனக்கு துணை புரியும் இறை அருளுக்கும், மனிதநேய மேம்பாட்டில், "உலகெங்கும் மனிதகுலம் அமைதி எனும் ஒரு வற்றாத நன்னெறி பெற்று உய்ய வேண்டும்," என்ற நோக்கத்தோடு எனது இந்த சிறிய தொரு முயற்சியை சமர்ப்பிக்கிறேன்.

வாழ்க வையகம்! வாழ்க வளமுடன்!!

நன்றியுடன் சமர்ப்பணம்

இப்புத்தகத்திலுள்ள ஒவ்வொரு விஷயத்தையும் பல ஆசான்கள் மூலமாக தெரிவித்த இறை பேராற்றலுக்கும், இறையின் வடிவங்களாக எனக்கு பல்வேறு பாடங்களை போதித்த அத்தனை மகான்களுக்கும் பெரியவர்களுக்கும்..

சிறப்பு நன்றியுரை!!

ஒரு புத்தகம் என்பது “ஒரு கரு உருவாகி குழந்தையாக பெற்றெடுப்பது போல்” என்று சொல்வார்கள். அதனை இந்த புத்தகத்தின் வயிலாக நான் அனுபவப்பாடமாக அறிந்து கொண்டேன். இந்த புத்தகம் உருவாக காரண மாக இருந்த அனைவருக்கும் கோடி நன்றிகளை தெரி வித்துக் கொள்கிறேன். அதிலும் குறிப்பாக எமது யுட் யூப் சானல் மூலமாக எனக்கு அறிமுகமாகி பின்னர் நம் செயல்களுக்கு பல்வேறு விதத்தில் உதவி செய்து வரும்

திருமதி. அமுதா.

திரு. சிரஞ்சீவி

திருமதி. சுபா

திரு. பொன்னப்பன்

திருமதி. சுமதி

ஆகியோருக்கு எமது சிறப்பு நன்றியை இங்கு தெரிவித் துக்கொள்கிறேன். மனிதருக்கு சிறு துரும்பாகவாவது உதவும் இந்த புத்தகம் வெளிவர காரணமாக் இருந்த அனைவரையும் இறைபேராற்றல் எல்லா வளங்களை யும் கொடுத்து வழிநடத்தி செல்லட்டும் என வாழ்த்தி மகிழ்கிறேன்.

வாழ்க வளமுடன்!! வாழ்க வளமுடன்!!

பிரபஞ்சம் - எல்லையில்லா சாத்தியக்கூறுகளின் அமைப்பு

எதுவொன்று தொடங்குமுன்னும் சில அடிப்படைப் புரிதல்கள் உங்களுக்கு ஏற்பட வேண்டும் என்று நினைக்கிறேன் நான். இப்புத்தகத்தின் பின் வரும் பல பகுதிகளும் உங்களுக்கு நீங்கள் ஏற்கனவே கண்டிருந்த, கேட்டிருந்த விஷயங்களைக் குறித்த "மற்றொரு கோணத்திலான" அறிவை தரப்போகிறது என்பது உறுதி. இது உங்கள் மனதின் எண்ணப்படிமங்களை உடைப்பதாக அமையலாம். அல்லது அதனைக் குறித்த உங்கள் தேடலின்பால் உங்களுக்கு கிடைத்த தெளிவுகளாகவும் அமையலாம். ஆனால் உண்மையில் என்னுடைய நோக்கம் உங்கள் நம்பிக்கையை தகர்த்தெறிவது அல்ல. சில புரிதல்களை உங்களுக்கு ஏற்படுத்தினால் மட்டுமே இந்த புத்தகத்தின் நோக்கம் ஈடேறும் என்பதாலேயே அவற்றை தந்திருக்கிறேன். அந்த புரிதல்கள் உங்களை கைப்பற்றி

அழைத்து செல்லும். அதற்கான ஆயத்தங்களை மட்டுமே நான் இந்த புத்தகத்தில் செய்திருக்கிறேன்.

ஈர்ப்பு விதி என்பது நமக்கு தெரியும். ஆனால் அதனை அப்படியே பொதுவே புத்தகங்களின் மூலம் கற்றுக் கொண்டு பின்பற்றுவதன் மூலம் நாம் நினைத்தது எல்லாம் ஈடேறும் என்று நாம் நினைத்தால் நிச்சயம் அதை விட முட்டாள்தனம் வேறொன்றும் இருக்க முடியாது. இந்த புத்தகமும் அதற்கு விதிவிலக்கல்ல. ஆனால் இந்த புத்தகத்தில் உள்ள ஒவ்வொரு பகுதியும் சில விளக்கங்களோடு பல கேள்விகளையும் முன் வைக்கிறது. உங்கள் பதில்களுக்காக. உங்கள் விருப்பம் நிறைவேறும் அந்த பயணத்திலூடே அழைத்து செல்கிறது. பயிற்சிகளை முன்மொழிகிறது. மீண்டும் இத்தனை தாண்டியும் செயல் உங்களுடையது மட்டுமே.

ஈர்ப்பு விதி உட்பட்ட பிரபஞ்ச விதிகள் குறித்த புரிதல் என் வாழ்வில் பல மாற்றங்களை கொண்டு வந்திருக்கின்றன. இன்னும் சரியாக சொன்னால் என்னை ஆழ்ந்த மன அழுத்தத்திலிருந்து விடுவித்து இன்று "நான் பெற்ற அத்துணை இன்பத்தையும் இவ்வையகம் பெறட்டும்" என்று புத்தகம் எழுதுகிறேன் என்றால் அதற்கு காரணம் அந்த புரிதல்தான். சிறுவயது முதலே நமக்கு அப்பாற்பட்ட சக்தி ஒன்று இருக்கிறது என்று நான் எண்ணியதுண்டு. திருவண்ணாமலையில் பிறந்திருந்தாலும், ரமணாஸ்ரமத்தில் சிறுபிள்ளையாக விளையாடிக் களித்திருந்தாலும் ஆன்மீக தாக்கங்கள் இருந்ததே ஒழிய முழு புரிதல் இருந்ததில்லை. அருணாசலத்தின் பிள்ளை நான் (உண்மையில் அப்பா பெயர் அருணாசலம் தான்). ஆனால் என்னை பல புரிதல்கள் பலபொழுதும் பலவிதத்தில் ஆட்கொண்டன.

"கோவிலில் காண்பது எல்லாம் கடவுள் இல்லையடா. வானத்தைப் பார் அது தொடும் தூரம் உனக்கு தெரியுமா. அத்தனையையும் ஆட்டிப் படைக்கும் ஒரு சக்தி உண்டு", என்று என் மனதில் குழந்தையாக

இருந்த போது விதைத்து விட்டவர் ஜே.கே என்கிற என் மாமாதான். அது பிஞ்சு வயது என்பதால் எனக்கு ஒன்றுமே புரியவில்லை. ஆனால் வார்த்தைகள் ஆழ் மனதில் ஆழமாக பதிந்து விட்டன. அந்த விதைகள் வளர்ச்சி கண்டது என் வாழ்வின் பல்வேறு பருவங் களிலே. பள்ளிக்கூடத்தில் விரும்பி தியானம் கற்றுக் கொள்ள வேண்டும் என்று ஐயா வேதாத்திரி மகரிஷி யின் "மனவளக்கலை" மன்றத்தில் இணைந்ததும் அந்த விதையின் ஒரு விளைச்சலே என்பதை நான் அறிந் திருக்கவில்லை. பலகாலத்தில் பல்வேறு நிகழ்வுகள். நிகழ்வுகளால் ஏற்பட்ட பல புரிதல்கள்.

இந்த புரிதலால் என் வாழ்வில் ஏற்பட்ட மாற்றங்கள் தான் எத்தனை. அந்த ஆற்றலை நான் பயன்படுத்திக் கொண்ட போது அல்லது சரியாக சொன்னால் அது என்னை ஆட்கொண்ட போது என்னை என்னால் என் உடல்நலக் குறைவிலிருந்து குணப்படுத்திக் கொள்ள முடிந்தது, துண்டாகிப் போன உறவுகளை இணைத் துக் கொள்ள முடிந்தது, பாதாளத்தில் விழுந்த எனது தொழில் வாழ்க்கையை மீண்டும் பூஜ்யத்தில் இருந்து ஆரம்பித்து பூரணம் நோக்கி செலுத்த முடிந்தது, எல்லா வற்றையும் தாண்டி எனக்கு விருப்பமானவற்றை செய்து, பலருக்கும் உபயோகமான வாழ்க்கையை வாழ்ந்து , அதில் விரும்பியதை யாவும் பெற முடிந்தது.

அந்த சக்தியை நீங்கள் என்ன பெயர் வேண்டுமானா லும் வைத்து அழைத்துக் கொள்ளுங்கள். நான் உங்க ளுக்காக ஒரு ஆன்மீக புத்தகம் எழுதவில்லை. நிறைய பேர் எழுதுவது போல உங்கள் வாழ்க்கையில் மாயாஜா லங்கள் நிகழும் என்று வார்த்தை ஜாலம் காட்டவில்லை. பிரபஞ்சத்தின் ஒரு விதிதான் ஈர்ப்பு விதி என்றால் அந்த பிரபஞ்சத்தை பற்றிய புரிதலும், அதன் வழியே பயணித் தலும் உண்மையான (சமயங்கள் தாண்டிய) ஆன்மீக பயணம் ஆகிவிடுகிறது. அதற்கு நீங்கள் என்ன பெயர் வைக்கிறீர்கள் என்பது முக்கியமல்ல. ஆனால் அதனை

பற்றிய முழுமையான புரிதல் உங்களை உங்கள் கனவுகள் நனவாகுமிடத்திற்கு அழைத்து செல்லும். உங்கள் விருப்பங்கள் யாவும் யதார்த்தத்தில் நிகழ உதவும்.

இங்கு நான் ஒரு திசைமானி மட்டுமே. அந்த அற்புத சக்தியை, பிரபஞ்சத்தின் அற்புத வடிவமைப்பை புரிந்து கொண்ட ஒருவன். அதற்கு போகும் திசை எனக்கு தெரியும். ஆனால் பயணம் உங்களுடையதே. நீங்கள் எடுத்து வைக்கும் ஒவ்வொரு அடியும் இனி பிரதானப் பட்டதாக அமையும். நீங்கள் இந்த புத்தகத்தை ஏதோ குருட்டாம்போக்காக தேர்ந்தெடுக்கவில்லை. இந்த புத்தகத்தை நீங்கள் தேர்ந்தெடுத்திருப்பதற்கு காரணம் உள்ளது. நீங்கள் தெரிந்தோ தெரியாமலோ அந்த பேராற்றலின் வழிநடத்துதலில் உள்ளீர்கள் என்பது தான் உண்மை.

வாழ்க்கை என்பது ஒரு விபத்து கிடையாது. அது நீங்களும் பிரபஞ்ச பேராற்றலும் இணைந்து நடத்தும் ஒரு நடனம். உங்கள் கோரிக்கைகள் தான் ஏற்கப்பட்டு உங்களுக்கான பதில்கள் தரப்படுகின்றன. ஒரு வேளை நீங்கள் பிரபஞ்சத்திடம் அல்லது உங்கள் இஷ்ட தெய்வத்திடம்," என் வாழ்வு மலர, மாற்றம் அடைய எனக்கு ஒரு வழி சொல்," என்று கேட்டிருக்கலாம். விடை இந்த புத்தகத்தில் எங்கோ ஒளிந்திருக்கிறது. இல்லையென்றால் "ஈர்ப்பு விதி கொண்டு எல்லாம் பெறலாம் என்றார்கள். ஆனால் ஒண்ணும் நடக்கமாட்டேன் என்கிறதே. என்ன தவறுகிறேன்", என்று பொருமி இருக்கலாம். இப்புத்தகத்தை உங்கள் கண்முன் கொண்டு வந்திருக்கிறது இப்பிரபஞ்சம். நிச்சயம் இது ஒரு விபத்து கிடையாது.

நீங்கள் கேட்டதும் "உங்கள் விருப்பம் என் கட்டளை", என்று உங்கள் அலைவரிசையை ட்யூன் செய்ய ஆரம்பித்துவிட்டது பிரபஞ்சம். உங்கள் இசைவை நீங்கள் தெரிவித்து விட்டதும், உங்களுக்காக செயல்பட ஆரம்பித்து விட்டது. இந்த இசைவுதான் என்னை பல இக்கட்டான சூழ்நிலைகளில் இருந்து மீள செய்தது. எத்தனை

கஷ்டமிருந்தாலும் எத்தனை வீழ்ச்சிகளுக்குப் பிறகும் மீண்டும் எழுச்சியோடு எழுந்து நடமாட வைத்தது. என் மனரீதியான தளர்வுகளுக்கும், சவால்களுக்கும் பதில ளித்தது. என்னை இன்று வரை பாதுகாத்து வழிநடத்தி செல்கிறது. போகும் வழியெங்கும் எனக்கு பிடித்தமான வற்றை ஒரு அன்பான தாய் தன் குழந்தையின் விருப் பமறிந்து செயல்படுவதை போல பெற்றுத் தருகிறது. இங்கு ஈர்ப்பு விதி மட்டும் அல்ல இப்பிரபஞ்ச தோற் றத்தின் ஆதியில் இருந்து வரும் விதிகள் அனைத் தும் இணைந்து இணங்கி செயலாற்றின. நான் என்னை ஒரு இணைப்படைப்பாளியாக இனங்கண்டேன். எனது ஆழ்மனதின் அற்புத சக்தியை புரிந்து கொண்டேன். என் உலகை நான் இணைந்து படைக்கும் ஆற்றல் எங் கிருந்து எப்படி வருகிறது என்பதை உணர்ந்தேன். ஒரு அற்புத அழகிய பயணம் அது.

நல்லதை எண்ணும் போது நல்ல உணர்வுகள் ஏற்ப டுகின்றன. நல்லதை உணரும் போது நல்லவை நமக்கு நிகழத் தொடங்குகின்றன. அந்த பரிபூரண பிரபஞ்ச பேராற்றலை எப்போது வேண்டுமானாலும் நாம் விரும் புவன படைக்க நம்மால் அழைக்க முடியும். பிரபஞ்ச அபரிமிதத்தில் இருந்து கோரி பருக முடியும். நமக் கும் நம்மை சுற்றி இருப்போர் இன்னும் கேட்டால் நாம் வாழும் உலகத்தின் நன்மைக்காக இந்த ஆற்றலை பயன்படுத்த முடியும். நன்மைகள் நம்மில் தொடங்கி உலகில் முடியட்டும்.

இதற்கெல்லாம் அர்த்தம் என் வாழ்வில் எதிர்ம றையே நிகழவில்லை என்றல்ல. நான் இந்த புரிதலுக்கு அப்புறம் எந்த கஷ்டமும் படவே இல்லை என்று சொல் லவில்லை. ஆனால் இந்த புரிதல் எனக்கு வரப்போ கும் இடர்களை எனக்கு வெளிச்சம் போட்டு காட்டியது. உள்ளுணர்வாய் உணர்த்தியது. ஒவ்வொரு போராட் டத்திற்கும் நானே எப்படி காரணம் என்பதை விளக்கி யது. எனது ஆழ்மனத்தின் பதிவுகளை சுட்டிக் காட்டி

யது. வாழ்க்கையில் எதிர்மறைகளை எப்படி கடக்கும் படிகளாய் மாற்றுவது என்றும் எனக்கு பாடம் நடத்தியது. நான் வாழ்வின் ஒவ்வொரு படியிலும் நல்லவைக்கு நன்றி சொல்ல ஆரம்பித்தேன், மற்றவை தரும் பாடங்களை கற்றுணர ஆரம்பித்தேன்.

பிரபஞ்சத்தின் வடிவமைப்பில் எந்த பிழையும் நம்மால் கண்டுபிடிக்க முடியாது. அப்படி ஒன்று இல்லை. பிறழ்வுகளே அதன் பூரணம். குறைகள் கடந்த நிறையை நம்மில் எத்தனை பேருக்கு அடையாளம் காண முடியும். உளுந்த வடையில் ஓட்டை இருக்கிறது என்பவர் ஒரு வகை, ஓட்டையை மறந்து வடையின் சுவை மாவில் இருக்கிறது என்பவர் ஒரு வகை. இருவரில் யார் சரி இது ஒரு பக்க விவாதம் இருக்கட்டும். அந்த ஓட்டை இடப்பட்டதால் தான் வடை இன்னும் மொறு மொறுவென்று சுவையாக இருக்கிறது என்பது எத்தனை பேருக்குப் தெரியும்

வடையும் வாழ்க்கையும். இப்படி இந்த பகுதிக்கு தலைப்பு கொடுத்திருக்கலாம். நம்மில் நேர்மறையை பூஜிப்பவர்கள்தான் ஏராளம். ஆனால் எதிர்மறை இல்லாமல் பிரபஞ்சம் இயங்குமா ப்ளஸ்ஸில் ஒரு இணைப்பு, மைனஸில் ஒரு இணைப்பு அதுதான் மின் ஆற்றல் தரும். இந்த வடிவமைப்பை புரிந்து கொள்ளத் தான் இந்த பயணம்.

"வாழ்க்கையில் எல்லாம் சரியாகப் போய்க்கொண்டிருக்கிறது என்று நீங்கள் சொன்னால், எங்கோ ஏதோ தவறாக இருக்கிறது," என்று சொல்லி இருக்கிறார் சுவாமி விவேகானந்தர்.

இந்த பிரபஞ்ச பேரியக்க பேராற்றலானது என்னது அது எப்படி எங்கிருக்கிறது இந்த புரிதல்கள் என்னை எப்படி என் விருப்பத்தை நிகழ்த்த உதவும் ஆழ்மனத்தின் பங்கு என்ன நான் என்ன செய்ய வேண்டும் இதையெல்லாம் புரிந்து கொண்டால் வாழ்வில் தடைகள் இருக்காதா விரும்பிய வண்ணம் வாழ முடியுமா இப்படி

எந்த கேள்வி கேட்டாலும் என்னிடம் இருக்கும் ஒரே பதில்.

"அன்பே வடிவான இப்பிரபஞ்சம் எல்லையற்ற சாத்தியக்கூறுகளின் இருப்பிடம். ஒன்றுமே இல்லாததில் இருந்து எல்லாம் படைக்கும் ஆற்றல் படைத்தது. உங்கள் பயங்களையும் சந்தேகங்களையும் தளர்த்தி ஒரு புதிய சுதந்திரத்தை உங்களுக்கு அளித்து, ஒரு புதிய உத்வேகத்தை உங்களுக்கு ஊட்டி வழிநடத்தக்கூடியது. உங்கள் விருப்பத்தை இனி வரும் சில புரிதல்களுடன் சரியான ரீதியில் இப்பிரபஞ்சத்தில் தெரிவிக்கும் பட்சத்தில் உங்கள் விருப்பங்கள் நிச்சயம் நிறைவேறும்."

மேற்கண்ட விதத்திலேயே இந்த புத்தகத்தை நான் அமைத்திருக்கிறேன். ஆழ்ந்த தத்துவங்கள் கிடையாது. பயம் வேண்டாம். ஆனால் அவசியத்திற்கு வேண்டியவை இருக்கிறது. புத்தகத்தின் அமைப்பை அடுத்து வரும் அத்தியாயத்தில் பார்ப்போம். எனது அனுபவத்தில் இருந்து பெறப்பட்டவையே அது. இதே அமைப்பு தான் உலகில் பலருக்கும் செயல்பட்டிருக்கிறது என்று இந்த புத்தகம் எழுதும் தருணத்தில் பல்வேறு ஊடகங்களில் கண்ட செய்திகளே இது நிச்சயம் வேலை செய்யும் என்பதற்கு சாட்சி. புத்தகம் வாசித்து செயலில் இறங்கும் தருணத்தில் இது இப்படித்தான் வேலை செய்தது என்று இரண்டு பெரும்புள்ளிகளின் வாழ்க்கையை சுட்டிக் காட்டி இருக்கிறேன். அவர்கள் தம் வார்த்தைகளோடு. மேலும் நீங்கள் இணையத்தில் மேய்ந்தால் அது போலவே பலரது அனுபவங்களையும் காணலாம்.

புத்தகத்தின் அமைப்பு

"சார் நான் எல்லாம் சரியாகத்தான் செய்கிறேன். ஆனால் எனக்கு எதுவுமே நடக்கமாட்டேங்குது சார். ஈர்ப்பு விதியை சரியாத்தான் பயன்படுத்தறேன். தினமும் சுயப்பிரகடனம் பண்றேன். விசுவலைசேஷன் பண்றேன். எல்லாம் செய்யறேன். ஆனா ரிசல்ட் மட்டும் இல்லை சார்"

நமது யூட்யூப் சானலில் எனது காணொளிகள் கண்டு விட்டு என்னை தொடர்பு கொள்ளும் பல ரும் ஒரே போல சொல்லும் விஷயம் இதுதான். நான் என் வாழ்வில் புரிந்து கொண்டவற்ற மனித சமுதாயத் தின் நலனுக்காக வீடியோக்கள்(காணொளிகள்) மூல மாக தெரிவிக்க முனைந்து முயற்சி மேற்கொண்டதும் அந்த வீடியோக்களைக் கண்ட பலரும் "என் வாழ்க்கை சவால்களுக்கான தீர்வு இவரிடமாவது இருந்து விடாதா", என்ற ஏக்கத்தோடு தான் என்னிடம் பேசுவார் கள். நான் டாக்டர் லாம் இல்லை, ஒரு பிள்ளையாக, ஒரு சகோதரனாக, ஒரு நண்பனாக உங்களுக்கு உதவ முடியும் என்றுதான் அவர்களிடம் கூறுவேன். அவர்கள் (அதில் சிலர் நீங்களாக கூட இருக்கலாம்) நம்பிக்கை என்னை உந்தியது. இரண்டு மூன்று வருடங்களாக இந்த கேள்விகள் தொடர்கிறது, அதற்கான பதில்களை நான் தனிப்பட்ட முறையில் தந்திருந்தாலும், எல்லோ

ரும் எங்கே தவறுகிறார்கள் என்பதை என்னால் ஊகிக்க முடிந்தது. அதையெல்லாம் குறிப்பெடுத்து வைத்துக் கொண்டு நான் எவ்வாறு இதையெல்லாம் கடந்தேன், அல்லது பிரபஞ்சம் பல சூழ்நிலைகளில் என்னை எவ் வாறு காப்பாற்றி வழிநடத்தியது என்பதை பார்த்து அதில் கிடைத்த தகவல்களை மொத்தமாக சேர்த்து தொகுத்து அனைவருக்கும் கொடுக்க வேண்டும் என்ற எனது முயற்சியே இந்த புத்தகம்.

இந்த தொகுப்பானது பலரின் கேள்விகளுக்கான பதில்கள் மட்டுமல்ல. அரை குறையாக நாம் புரிந்து வைத்திருக்கும் ஈர்ப்பு விதி, ஆழ்மனம் பற்றிய கருத்து களை தெளிவாக புரிந்து கொள்ள ஒரு அறிவுக் களஞ் சியம். இந்த புத்தகம் வழி நெடுக அது தன்னைத் தானே எழுதிக் கொண்டது என்றே சொல்ல வேண்டும். கார ணம் நான் எழுதத் தொடங்கியது சிறு சிறு குறிப்புகளாக. ஆனால் ஒவ்வொரு படியிலும் எனக்குத் தேவையான தகவல்களை, மேற்கோள்களை, சீராய்வுகளை எதிர் பார்க்காத பல இடங்களில், பல தருணங்களில் என்னி டம் கொண்டு சேர்த்து, "இந்த இதையும் அவர்களுக்கு தெரிவித்து விடு", என்பது போல என்னை வழிநடத்தி சென்றது இப்பிரபஞ்ச பேராற்றல். அதன் வடிவமைப்பே அப்படித்தான். இப்புத்தகத்தின் பிரிவுகளும், பகுதிக ளும் இப்படி இருக்க வேண்டும் என்று ஒரு மின்னாயம் போல ஒரு பயணத்தின் நடுவில் மின்னி சென்றது. அந்த அமைப்பை சிறிதளவும் பிசகாமல் உங்களுக்கு தந்தி ருக்கிறேன்.

இந்த புத்தகம் எவ்வாறு அமைக்கப்பட்டுள்ளது

மொத்தம் ஆறு பிரிவுகளைக்கொண்டிருக்கிறது இந்த புத்தகம். ஒவ்வொரு பிரிவிலுள்ள அத்தியாயங் களும் உங்களுக்கு பாடங்கள் தரப்போகின்றன, கற் றுக் கொண்டவைகளை உங்கள் வாழ்வில் பயன்படுத்த பயிற்சிகளைத் தரப்போகின்றன. உங்களுக்கு தேவை யான புரிதல்களை தரப்போகின்றன. என் வாழ்வில்

இவை எப்படி செயல்பட்டன என்பன இடைச்செருகல்களாய் உங்களுக்கு சாட்சி சொல்லப்போகின்றன. இப்புத்தகம் வாசிப்பதற்கு மட்டும் அல்ல. இது வெறும் தகவல்களை தரும் புத்தகம் அல்ல. அதன் அமைப்புப் படி நீங்கள் ஒவ்வொன்றையும் உங்கள் வாழ்வில் கடைப்பிடிக்கத் தொடங்கி விட்டால், இப்புத்தகத்தின் நோக்கமான "உங்கள் விருப்பங்கள் ஈடேறத் துவங்கி விடும்". அதனால் எந்த பகுதியையும் தாவிக் கடக்க வேண்டாம். "வேண்டாம். எனக்குத் தெரியும்" என்று ஒதுக்க வேண்டாம்.

புத்தகத்தில் உள்ள பொருள் புரியவில்லை என்றால் இதற்கான வீடியோ பயிற்சியை அதற்கான இணைய தளத்தில் பெற்று கண்டு புரிந்து கொள்ளலாம். எல்லாம் தாண்டி இவற்றை உங்கள் வாழ்வில் நீங்கள் எப்படி பயன்படுத்துகிறீர்கள் என்பதை பொறுத்துதான் பலனும். இது அனைத்தும் நிரூபிக்கப்பட்ட வழிமுறைகள். புரிந்து கையாளும் போது உங்கள் மனம் விரும்பியது யாவும் நிகழத் துவங்கும்

அறிதல்

உங்களை இந்த புத்தகத்தின் கருத்துக்களினூடே பயணம் செய்ய தயார் செய்யும் இந்த பகுதி. இதுவரை நீங்கள் ஆழ்மனம் பற்றியோ, ஈர்ப்பு விதி பற்றியோ அல்லது பிரபஞ்ச விதிகள் பற்றியோ பல்வேறு ஊடகங்கள் வாயிலாக தெரிந்து கொண்டிருப்பீர்கள். இருந்தாலும் இந்த புத்தகத்தில் பேசப்பட்டிருக்கும் கருத்துக்கள் உங்களுக்கும் புதிதாக இருக்கலாம். அல்லது நீங்கள் அறிந்தவைகளில் சில குழப்பங்கள் இருக்கலாம். அவை அனைத்தையும் தீர்க்கும் விதமாக வேண்டிய அடிப்படை அறிவை இந்த பகுதியில் பெறலாம்.

புரிதல்

ஈர்ப்பு விதி குறித்தோ ஆழ்மனப்பயிற்சிகள் குறித்தோ அறிந்திருந்தாலும் அவை செயல்படும் விதங்களைக் குறித்தோ அல்லது நமது ஒவ்வொரு விருப்பமும் இப்பி ரபஞ்சத்தில் எவ்வாறு ஈடேறுகின்றன என்பதை குறித்த ஒரு புரிதல் இல்லாமல் இருக்கும். அந்த குறையை இப் பகுதி நிவர்த்தி செய்து விடும். மனதை பிரிவுகளாக பிரிக்க வேண்டிய அவசியம் என்ன, ஆழ்மனத்தின் சக்தி என்ன, ஈர்ப்பு விதியின் அடிப்படை விளக்கங்கள் என்ன, அது எப்படி நம் விருப்பத்தை ஈடேற்றுவதில் செயல்புரி கிறது என்பது போன்றவற்றின் விளக்கங்கள் இந்த பகு தியில் இருக்கும்.

நீங்கள் இவற்றை புரிந்து கொள்ள துவங்கும் போதே, நீங்கள் இதுவரை என்ன மாதிரியான தவறுகள் எல் லாம் செய்திருக்கிறீர்கள் என்பதும் உங்களுக்கு தெளி வடைய தொடங்கி இருக்கும். இதன் அடுத்த பகுதியான "உணர்தலுக்கு" வேண்டிய புரிதலை இந்த பகுதியில் நீங்கள் பெற்றிருப்பீர்கள்.

உணர்தல்

புரிதல் பகுதியில் பலவிதமாக கற்று புரிந்து கொண்ட பல விஷயங்களைக் கொண்டு நீங்கள் எங்கெல்லாம் தவறுகிறீர்கள் என்பதை வாழ்வின் ஒவ்வொரு சூழ்நி லையையும் அலசி ஆராய்ந்து உணர இந்த பகுதி உங் களுக்கு துணை புரியும். இப்பகுதியில் கொடுக்கப்பட் டுள்ள சுய-ஆய்வு பரிசோதனை பயிற்சித்தாள்கள் உங் களை உணர்ச்சி ஏணியில் எங்கு நீங்கள் தவறுகிறீர்கள் என்பதை உங்கள் பதில்களை வைத்தே சுட்டி காட்டும். அவற்றை அறிந்து கொள்ளும் போது, "இத்தனை நாள் இது தெரியாமல் போச்சே", என்று உங்களுக்கு இருக் கும். உங்கள் எண்ணம் எதுவும் ஈடேறாமல் போக கார ணமாக இருந்த அனைத்தையும் இந்த பகுதியை கடந்து

முடிக்கும் முன் கண்டறியலாம். அவற்றை களைவதற் கான நடவடிக்கைகளில் இறங்கலாம்.

எண்ணம்

பிரபஞ்சத்திற்கு உங்கள் விருப்பத்தை சரியாக எப் படி தெரிவிப்பது, எந்த முறையில் தெரிவிப்பது, அந்த சமயத்தில் செய்ய வேண்டியது எது, செய்யக்கூடாதது எது என்பதை இப்பகுதியில் விளங்கிக் கொள்ளலாம். நீங்கள் கடந்த பகுதியில் உணர்ந்த பல விஷயங்களை ஆழ்மனதின் சக்தி கொண்டு பிரபஞ்ச விருப்பமாக மாற்ற இப்பகுதி உதவி செய்யும். ஏற்கனவே நீங்கள் ஆழ் மனப்பயிற்சிகளை செய்து கொண்டிருந்தாலும் இதில் உள்ள பல விளக்கங்கள் உங்களுக்கு அவற்றை இயந் திரத்தனமாக செய்யாமல் உங்கள் வாழ்க்கையிலேயே ஒரு அம்சமாக மாற்ற வித்திடும். உங்கள் எண்ணத்தின் தரத்தை வலுப்படுத்தவும், அதனால் ஏற்படும் உணர்ச் சிகளை பேரானந்த மயத்தில் திளைக்க வைக்கவும் என்ன செய்ய வேண்டும் என்பதை இப்பகுதி விளக்கும்.

செயல்

விருப்பத்தை பிரபஞ்சத்திற்கு தெரிவித்து விட்டால் போதுமா, ஆழ்மனப்பயிற்சிகளை செய்து விட்டால் போதுமா, அதற்கடுத்து என்னமாதிரியெல்லாம் நடக் கும் என்பதை நாம் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும் அல் லவா ஆழ்மனப்பயிற்சிகளை செய்து விட்டு எல்லாம் தானே நடக்கும் என்று கூரையை பார்த்துக் கொண்டு உட்காராமல், பிரபஞ்சம் அவ்வப்போது தரும் குறிப்பு களை கூர்ந்து கவனித்து பெற்று, அதன் வழிநடத்து தலில் அச்செயல்களை செய்து வேண்டுவன பெறும் நுணுக்கங்களை இந்த பகுதியில் கற்கலாம். ஏற்கனவே உணர்ந்த உங்கள் தவறுகளைக் களைந்து, உங்கள் எண்ணத்தை சீராக்கி, இப்போது தினசரி அந்த விருப்

பத்தை ஈடேற்றும் நோக்கத்துடன் நீங்கள் பயணிக்கத் தொடங்கி விடுவீர்கள்.

இப்பகுதியில் உங்கள் உணர்வலைகளை சீராக உயர்ந்த நிலையில் வைத்திருக்க தினமும் நீங்கள் என்னவெல்லாம் செய்யலாம் என்று விளக்கப்பட்டுள்ளன. தினசரி கடைபிடிக்க வேண்டிய 12 அம்ச நடவடிக்கை ஒன்றும் தரப்பட்டுள்ளது. இவற்றின் துணையோடு உங்கள் தினசரி வாழ்க்கையை நீங்கள் திட்டமிட்டு விடுவீர்கள்.

முக்கியமாக முழு விழிப்புணர்வுடன் ஆழ்மனப்பயிற்சிகளை இயந்திரத்தனமாக இல்லாமல் முழுமையாக அவை அனைத்தையும் உங்கள் வாழ்வோடு வாழ்வாக ஒன்றிணைத்திருப்பீர்கள்.

ஆக்கம்

விருப்பத்தை தெரிவிக்கிறீர்கள். அதற்கான செயல்களை செய்கிறீர்கள். இப்போது போகும் பாதை விருப்பப்பட்ட அதே பாதையாக, நேர்வழியாக இருக்க வாய்ப்பில்லை. (அதற்கு காரணம் நம் மனதின் முன்கட்டுக்களே). பாதைகள் எதிர்பாரா விதமாக வளைந்து நெளிய வாய்ப்புண்டு, திடீரென கரடு முரடாக மாறி மீண்டும் சமனாக வாய்ப்புண்டு. அதனால் தான் விரும்புவதை ஒரு இணைப்-படைப்பாளியாய் உருவாக்கும் போது வரும் இடர்களையும் அதனை எவ்வாறு களைய வேண்டும் என்று அறிந்து கொள்வது அவசியமாகிறது. அதைத்தான் இந்த பகுதியில் பார்க்கவிருக்கிறோம்.

நீங்கள் விரும்பியது எப்படி பிரபஞ்சத்தில் உருவாகிறது என்றும், அந்த ஆக்கத்திற்கு நமது சொந்த மனமே தடையாக இருக்கும் தன்மையையும் புரிந்து தெளிந்து, நீங்கள் விரும்பியது யதார்த்தத்தில் உருவாக பிரபஞ்சத்தை எப்படி அனுமதிப்பது என்று அனுமதித்தல் கலையை பற்றி விளங்கிக் கொண்டு அதனை உங்கள்

வாழ்வில் இப்பகுதியை கடந்து முடிக்கும் தருணத்தில் கையாளத் தொடங்கியிருப்பீர்கள்.

ஆறு பகுதிகளும் ஒரு புத்தகமாக வாசிக்காமல், பாடங்களாக, ஏதோ கற்றுக் கொள்கிறோம் என்ற ஆர்வத்துடன் கடக்கும் போது, அந்தந்த பகுதியில் வரும் பயிற்சிகளை தன்முனைப்புடன் சரியாக செய்யும் போது உங்கள் விருப்பங்கள் உங்கள் கண்முன் நிகழத் தொடங்கியிருக்கும்.

வாழ்க வளமுடன்!!

அறிதல்

பிரபஞ்ச விதிகள் - ஒரு அறிமுகம்

நம் விருப்பங்களை நிறைவேற்றுதல் என்பது மிகக் கடினமான காரியம் ஒன்றும் இல்லை. நாம் வாழும் இந்த பிரபஞ்சத்தில் சில விஷயங்களை உள்ளது உள்ளபடியே தெரிந்து கொண்டால் மிக எளிமையாக நமது விருப்பங்கள் எங்ஙனம் பூர்த்தியடைகிறது என்பதைத் தெள் ளத் தெளிவாக தெரிந்து கொள்ளலாம். முதலில் நாம் மனம் பற்றித் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும். மனதின் பிரிவுகள், ஏன் அவ்வாறு பிரிக்கப்பட்டுள்ளது, அது உண்மையில் ஒரு பௌதீக பொருளா இல்லையா என்பதையெல்லாம் அறிந்து கொள்ள வேண்டும். சரியாக சொல்ல வேண்டுமென்றால் நான் இந்த புத்தகத்தை "மனம்" என்ற தலைப்பில் இருந்து தான் தொடங்கி இருக்க வேண்டும். ஆனால் மனம் எங்கே இருந்து உருவானது என்பதை தெரிந்து கொள்ள வேண் டும் என்றால் நிச்சயம் நாம் பிரபஞ்சத்தைப் பற்றியும், பிரபஞ்ச தோற்றத்தைப் பற்றியும், நமது மூலத்தை பற்றியும் தெரிந்து கொண்டால் மட்டுமே, மனம் செயல்படும் விதங்களை நாம் தெள்ளத்தெளிவாக புரிந்து கொள்ள முடியும்.

பிரபஞ்ச விதிகளுக்கு இது ஒரு அறிமுகம் மட்டும்தான். உண்மையில் ஒவ்வொரு பிரபஞ்ச விதியை பற்றியும் தெள் ளத்தெளிவாக எழுத வேண்டும் என்றால் ஒன்று இரண்டு புத்தகங்கள் போதாது. இது அறிமுகம்தானே, எனக்குத்

தெரியும் என்றும் விட்டு விட வேண்டாம். ஏனென்றால் இந்த புரிதல் பகுதியில் இருக்கும் அனைத்தையும் இந்த அளவிற் காவது தெரிந்து வைத்துக் கொண்டால் மட்டுமே இனி வரும் அனைத்து விஷயங்களும் நமக்கு தெளிவாக புரிய வாய்ப் புள்ளது.



ஒரு வரலாற்றுச் சுருக்கம்

பிரபஞ்ச விதிகள் என்று சொல்லும் போதே அனைவருக் கும் ஈர்ப்பு விதிதான் ஞாபகம் வரும். பெரும்பாலானோருக்கு ஈர்ப்பு விதியை "ரகசியம் - தி சீக்ரெட்" புத்தகம் மூலமாக அறிமுகம் செய்து வைத்தவர் ரோண்டா பைர்ன். அதன் பிறகு பல புத்தகங்கள் மூலமாகவும், வீடியோக்கள் மூலமாகவும் உலகம் முழுவதும் தீயென பரவியது இந்த ஈர்ப்பு விதி (Law of Attraction). இதற்கு ஒரு முக்கிய காரணமும் உண்டு. அந்த "ரகசியம்" புத்தகத்தின் மூலமாகத்தான் பிரபஞ்ச விதிக ளைப் பற்றியும் அது செயல்படும் விதங்களை பற்றியும் மக்க ளுக்கு ஒரு அறிமுகம் கிடைத்தது. ஆனால் அறிமுகம் மட்டும் தான் கிடைத்தது என்பதை புரிந்து கொள்ள முடியவில்லை வாசகர்களால். ரோண்டா பைர்ன் தனது புத்தகத்தில் மிகுந்த அக்கறையோடு பிரபஞ்ச ஈர்ப்பு விதியை அறிமுகப்படுத் தினார். ஆனால் அதனை சரியாக செயல்படுத்த வைக் கும் பொறுப்பை வாசகர்களிடமே விட்டு விட்டார். உயிர்ப் புடன் அந்த புத்தகத்தில் உள்ள வார்த்தைகள் பேசிற்று. ஆனால் அந்த புத்தகத்தின் மூலமாக மனித சமூதாயத்திற்கு அனைத்தும் நேரடியாக போய் சேரவில்லை. இதை பிரபஞ்ச வடிவமைப்பு என்றே சொல்லலாம். யார் தட்டுகிறார்களோ அவர்களுக்கு மட்டும் திறக்கப்பட்டது. யார் கேட்டார்களோ அவர்களுக்கு மட்டுமே கொடுக்கப்பட்டது.

உண்மையில் ஈர்ப்பு விதி என்பது பல நூற்றாண்டுகளாக மனிதனால் உபயோகப்படுத்தப்பட்டு வருகிறது. உண்மை யில் இந்த பிரபஞ்சத்தில் வெறும் ஈர்ப்பு விதி மட்டுமல்ல, ஆதி

முதலே ஒன்றோடொன்று இணைந்து செயல்பட்டு வரும் பல விதிகள் இருக்கின்றன. இன்று பிரபஞ்ச இயக்கத்திற்கு எல்லாம் காரணம் ஆதியில் உருவான இந்த விதிகளே. பிர பஞ்சத்தின் இருப்பும் இயக்கமும் எல்லாம் இந்த விதிகள் படிதான்.

ரகசியம் படத்தில் தொடக்கத்தில் ஒரு காட்சி வரும், "ஒருவன் ஏதோ ஒரு கல் போன்ற ஒரு அமைப்பிலி ருந்து காகிதச் சுருளில் ஏதோ ஒன்றை மை கொண்டு நகலெடுப்பான். பின்னர் அது மறைக்கப்படும். புதைக் கப்படும். அந்த கல்லானது "எமெரால்ட் டேப்லட்" என்ற ஒரு பொருளாகும். பழங்கால "ஹெர்மிட்" எனும் ரசவாத தந்திர விற்பன்னர்களால் ரசவாதம் செய்ய உபயோகிக் கப் பட்ட ஒரு சூத்திரம்தான் அது. அதைக் கொண்டு மண்ணைக் கூட பொன்னாக முடியும் என்று மக்கள் கரு தினர். ஆனால் அந்த ஒரு சாராருக்கு மட்டுமே தெரிந்த ஒரு வித்தையாக இருந்தது அது.



எது ரசவாதம்?

ரசவாதம் என்றால் ஒரு பொருளை தங்கமாக மாற் றும் வித்தை என நாம் நினைத்துக் கொண்டிருக்கி றோம். உண்மையில் ரசவாதம் என்பதற்கு அர்த்தம், "ஒரு பொருளை அதன் ஒரு உண்மை நிலையில் இருந்து மற் றொரு நிலைக்கு மாற்றும் சூத்திரம்," என்பதே பொருள். கல்லை பொன்னாக மாற்ற வேண்டும் என்றாலும் ரசவாதம். பொன்னை மீண்டும் கல்லாக மாற்ற வேண்டும் என்றாலும் ரசவாதம். ஒன்றிலிருந்து மற்றொன்றை உருவாக்க வேண்டும் என்றால் அது ரசவாதம். இந்த கருத்தை மனதில் கொள் ளுங்கள், புத்தகத்தின் பிற்பகுதியில் உபயோகப்படும்.



வரலாறு தொடர்கிறது

ஆக 3000 வருடத்திற்கு முன்னரே இது உபயோகிக்கப்பட் டது என்றால், அதற்கப்புறம் எத்தனை சாம்ராஜ்ஜியங்கள் உருவாகின, சரிந்தன. இவை எல்லாவற்றிற்கும் பின்னால் இந்த விதிகள் பற்றிய புரிதலும், பயன்படுத்துதலும் இருந்து கொண்டே தான் இருந்தது. ஆனாலும் 19 மற்றும் 20ம் நூற்றாண்டில் இத்தகவல்கள் விஞ்ஞான அடிப்படையில் ஒரு சாராரால் ஆராயப்பட்டது. அவர்களால் உலகின் நன் மைக்காக வெளிப்படுத்தப்பட்டது. அவர்கள் "புதிய சிந்த னையாளர்கள்" என்று அறியப்பட்டனர். இவர்களுக்கும் இப் போது உலகம் பேசும் "இல்லுமினாட்டிகளுக்கும்" சம்மந்தம் இல்லை.

பொதுவே இவர்கள் மேலே கூறப்பட்டுள்ள எமெரால்ட் டேப்லட்டின் கருத்துக்களை மொழி பெயர்த்தவர்களான ப்ளேட்டோ, பைத்தாகோரஸ், பிறகு ஆல்பர்ட் ஐன்ஸ்டீன் போன்றவர்கள் ஆவர். பிரபஞ்சவியல் மேல் காதலும் மனி தநேயம் மீது தீரா அக்கறை உடையவர்களாக இருந்தனர் இவர்கள்.

ஒரு காலத்தில் இந்த பிரபஞ்சம் முழுவதும் மனிதனுக்கா கத் தான் படைக்கப்பட்டிருக்கிறது என்று மதவாதிகள் பிர சாரம் செய்து கொண்டிருந்த போது சிலர் எழுச்சி கொண்டு உண்மை அறிய தேடலுற்றனர். அந்த தேடலில் விளங் கிக் கொண்டதை மக்களுக்கு விவரிக்க முயன்றனர். அத னாலேயே மதவாதிகளாலும் மதவாதிகளுக்கு அடிமையாயி ருந்த மனிதர்களாலும் துன்பப் படுத்தப் பட்டனர். ஆனாலும் அவர்களின் "புதிய சிந்தனை" மேலும் மேலும் தழைத்தது. 1912ல், "தி மாஸ்டர் கீ சிஸ்டம்," எனும் புத்தகம் மூலம் மீண் டும் பிரபஞ்ச விதிகள் குறித்து மக்களுக்கு எடுத்து சொல்லப் பட்டது.

இவர்களுக்கு அடுத்து இந்த பிரபஞ்சத்தில் இருக்கும்

ரகசிய சமிக்ஞைகள் தமது வெற்றிக்கு பயன்பட்டது என்பதை உணர்ந்து, அவை அனைத்து மக்களுக்கும் பயன்படும் என்று நினைத்த தொழில் வல்லுனர்கள் பலர் தங்கள் அனுபவங்களை மக்களுக்கு பயன்பட எழுத்து வடிவில் கொடுக்க ஆரம்பித்தனர். அவர்களில் ஆண்ட்ரூ கார்னகியால் நியமிக்கப்பட்ட நெப்போலியன் ஹில் 1937ம் ஆண்டு தனது புகழ் பெற்ற "வெற்றி விதிகள் (Laws of Success)", புத்தகம் மூலம் 500க்கும் மேற்பட்ட சாதனையாளர்களை சந்தித்து அவர்களின் வெற்றிக் கதைகளுக்கு இப்பிரபஞ்சத்தில் கண்ணுக்குத் தெரியாமல் செயல்பட்டுக் கொண்டிருக்கும் ஆற்றலும் அதன் பால் விளைந்த சில விதிகள்தான் என்று மக்களுக்கு எடுத்து சொன்னார். அவரின் "தின்க் அண்ட் க்ரோ ரிச்" புத்தகம் பல லட்சக் கணக்கில் விற்று சாதனைப் படைத்தது. இன்றும் சிறந்த சுயமுன்னேற்ற நூல்களில் ஒன்றாக விளங்கிக் கொண்டிருக்கிறது.

இதன் பின்னர் பல சுயமுன்னேற்ற நூல்கள் எழுதப்பட்டது. மனிதர்களின் வெற்றிகள் கொண்டாடப்பட்டது. அனைத்திலும் ஒரே கருத்து மாற்றி மாற்றி அவரவருக்கேற்றார் போல் சொல்லப்பட்டது. ஆனாலும் கஷ்டத்தில் உழலுபவர்கள் உழன்றுக் கொண்டே இருந்தார்கள். வெற்றி பெறும் மனிதர்களின் எண்ணிக்கை சொற்பமாக உயரவும் செய்தது.

இடையில் திடீரென்று சிலரின் புகழ் விண்ணளவு உயர்ந்து நிற்பதைக் காண முடிந்தது. அவர்களுக்குள் சில ஒற்றுமைகள் இருப்பதையும் காண முடிந்தது. இந்த வெற்றி தோல்விகளுக்கு யார் காரணம்? எது இவற்றையெல்லாம் தீர்மானித்தது? எது இவற்றிற்கெல்லாம் அடிப்படையாக அமைந்தது? போன்ற கேள்விகள் மனிதர்களின் மனதை எப்போதும் குடைந்து கொண்டே இருந்தன. அவற்றைக் குறித்துதான் நாம் ஒவ்வொன்றாக பார்க்கவிருக்கிறோம்.

உண்மையை உணர்த்தும் நான்கு மகா வாக்கியங்கள்

ஈர்ப்பு விதியை பயன்படுத்த நினைப்பவர்கள் இறைசிந்தனை வேண்டாமென்றல்லாம் நினைக் கிறார்கள். இன்னொரு பக்கம் ஆன்மீக பாதை யில் போனால் சோதனைகள் நிச்சயம் என்று பய முறுத்தி வைக்கிறார்கள். ஆனால் இந்த ஈர்ப்பு விதி எப்படி செயல்படுகிறது என்று இப்புத்தகம் முழுவது நாம் பெறும் இந்த அறிவை வைத்து மீண்டும் மீண்டும் யோசித்து பார்த்தீர்களேயா னால் ஆன்மீக வாழ்க்கை என்று தனியாக ஒன்று இல்லை என்பது புரியும். பிரபஞ்ச மூல ஆற்றலில் இருந்து நாம் தோன்றியிருக்கிறோம் என்று வெறு மனே சொல்லவில்லை. காலாகாலமாக பெரி யோர்களும் மெய்ஞானிகளும் இதை உணர்ந்து சொல்லி சென்றிருக்கின்றனர். மெய்ஞ்ஞானம் கொண்டு உணார்ந்ததை விஞ்ஞானம் கொண்டு விளங்கிக் கொள்ளவும் விளக்கவுமே மனிதர்கள் கடந்த சில நூற்றாண்டுகளாக முயற்சி செய்து வருகின்றனர் என்பதே உண்மை. வேத காலம் என்பது கிறிஸ்து பிறப்பதற்கு முன்னாலேயே என் பது நாம் அறிந்த விஷயம். வேதங்களின் உட்பி ரிவுகளான உபநிஷதங்கள் ஆதிசங்கரரால் அரு ளப்பட்டது என்று சொல்லப்படுகிறது. ஆதிசங்க ரர் "அத்வைதம்" என்ற "எல்லாம் ஒன்றே" என்ற

நிலையை போதித்த பெரியவர். "நான் வேறு, இறை வேறு" என்பது த்வைதம். ஆனால் வெவ்வேறு அல்ல என்பதை உபநிஷதங்களின் நான்கு மகா வாக்கியங்கள் தெளிவுப்படுத்துகின்றன. பிரம்மம் அல்லது இறைநிலை என்பது எங்கும் நிறைந்துள் ளது, எதிலும் பரவியுள்ளது, ஆக்கமும் ஊக்கமும் அதனாலே. பிறப்பும் பிரிவும் அதனாலே என்பதை தெளிவுறுத்துகிறது. அந்த நான்கு வாக்கியங்க ளையும் அர்த்தங்களும் பின்வருமாறு:

ப்ராணாயாம பிரஹ்மன் - ப்ரம்மமே பிரக்ஞை யாக பரிபூரண அறிவாக விளங்குகிறது

இப்பிரபஞ்சம் முழுவதும் எங்கும் நீக்கமற நிறைந் திருக்கும் ஒரு அருபொருளாக பிரம்மம் விளங்கு கிறது. எங்கும் எதை சூழ்ந்தும், எல்லாவற்றிலும் ஊடுருவியும் நிற்கிறது.

அயம் ஆத்மன் ப்ரஹ்மாஸ்மி, அஹம் பிரம் மாஸ்மி - ஆன்மா உறையும் அகமே பிரம்மமாக விளங்குகிறது.

உடல் எனும் பௌதீக பிரிவைத் தாண்டி, எப் போதும் அழிவில்லா ஆன்மா இந்த உடலிலும் வீற்றிருப்பதை உணர்ந்தவர்கள், அந்த தூய பிரக் ஞையுடன் என்றும் ஒன்றாக இருக்கும் ஆன்மா நம்முள்ளும் இருப்பதை தெரிவிக்கின்றனர். நமது பிரச்சினையே இந்த புனிதத் தன்மை நம்மிடம் உள்ளது என்பதை மறந்து விடுகிறோம். காணும் பொருள் யாவிலும் நிறைந்திருக்கும் இறைநிலை யானது, "எல்லாம் ஒன்றே" என்று சொல்வதை மறந்து விடுகிறோம். காலமும், தூரமும், ரூபமும் மனதில் உருவான ஒரு தோற்றமே ஒழிய உண்மை யல்ல என்று உணர்ந்தால், "ஏகம்" என்ற தத்துவம் புரியும்.

தத்துவமஸி - நீ தான் அது

இது உபநிஷதக் கதைகளில் ஒன்றில் இருந்து எடுக்கப்பட்டது. அதில் ஒரு பழத்தை எடுத்து ஒரு கேள்வி கேட்கப்படுகிறது. "இதில் என்ன காண்கி றாய்" "நான் விதைகளைக் காண்கிறேன்" "விதை களுக்குள் என்ன காண்கிறாய்" "ஒன்றுமில்லை" "ஆனால் தெளிவாக புரிந்து கொள், அந்த ஒன் றுமில்லாத விதை எத்தனை மரங்களை, எத் தனை கனிகளை தன்னிடத்திலே கொண்டிருக்கி றது என்பதை உன்னால் இப்போது பார்க்க முடி யாது. அந்த மரங்களின் ஆற்றல், அந்த மரம் உயிர் பெறுவது முதல் மடிவது வரை எல்லாம் அதனுள் ளேயே அடங்கி இருக்கும் மர்மங்கள். அந்த விதை போலவே உனது இருத்தலின் ஆழத்தில் இருக் கும் உனது ஆற்றல் அதனால் அமையும் சாத்தியக் கூறுகள் அனைத்தும் மறைந்திருக்கும் மர்மங்கள். அந்த மர்மத்தை அடக்கி இருக்கும் அந்த ஒன் றோடு நீ ஒன்றானவன். நீ தான் அது. அதுதான் நீ. இது நீ ஆராய்ந்தறிந்து கொள்ள வேண்டிய பிரபஞ்ச ரகசியம். அண்டத்திலே உள்ளது தான் பிண்டத்திலே உள்ளது, பிண்டத்தில் உள்ளதுதான் அண்டத்திலும். புரிந்து கொண்டவன் சகலமும் கைவரப் பெறுவான்.

சர்வ இத்வம் ப்ராஹ்மன் அஸ்தி - இந்த அகிலம் யாவும் பிரம்மமே

இப்பிரபஞ்ச யாவும் பல வகை தோற்ற பொருள்க ளாக நிரம்பி இருந்தாலும் இத்தனை வேறுபாடுக ளின் மூலமாக ஒரே ஒரு உண்மை மட்டுமே நிரம்பி யுள்ளது. அதுவே பிரம்மம் எனப்படுகிறது. எல்லாம் வேறு போல தோன்றினாலும், எல்லாம் ஒன்றே. ஒரு ஆப்பிளில் இருந்து ஒரு சிறிய பகுதியை எடுத்து இது ஆப்பிள் அல்ல என்று சொல்ல முடி யாது. எல்லாம் பூரணமான ஒன்றில் கலந்த ஒன்றே.

ஈர்ப்பு விதி ஒரு தனி விதியல்ல

நமது ஒவ்வொரு இயக்கத்திற்கும் விளைவிற்கும் நாம் மட்டுமே காரணமல்ல, உள்ளும் புறமும் இணைந்து நடத்துகின்ற நடனம் அது என்பதை நாம் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். ரகசியம் புத்தகத்தில் அதன் ஆசிரியர் "உங்கள் எண்ணங்கள் செயல்களாக பரி ணமிக்கும்", என்று ஈர்ப்பு விதியை அறிமுகப்படுத்தினார். ஆனாலும் ஈர்ப்பு விதியை தெரிந்துக் கொண்டு வாழ்க்கை யில் அதனை உபயோகப்படுத்தி விரும்பியதையெல்லாம் அடைய முயற்சி செய்தவர்கள் எல்லோரும் அந்த வெற்றிக் கோட்டை தொடவே இல்லை. இதற்கு காரணம் அந்த விதி எப்படி செயல்படுகிறது, அதன் நுணுக்கங்கள் என்ன என்று அறிந்து கொள்ளாததே.

அந்த குறையை களையவே நான் இப்புத்தகம் மூல மாக முயற்சி எடுத்திருக்கிறேன். மேலும் பிரபஞ்சம் இப்படி இருக்கிறது, இதன் நுணுக்கங்கள் இவை என்று வேண் டுமானால் என்னால் சொல்ல முடியும். சொல்ல மட்டுமே முடியும். ஆனால் அவற்றை முறையே உணரும் பொறுப்பு உங்களுடையது தான். அங்கேயும் உங்களுக்கு உபயோகப் படும் படி நான் அங்கங்கே உங்களுக்கு பயிற்சித்தாள்கள் போன்ற கருவிகளைக் கொடுத்திருக்கிறேன். என் வாழ்வின் அனுபவ விளைவுகளான அவை உங்கள் வாழ்விலும் பயன்

படுதல் எனக்கும் கூடுதல் மகிழ்ச்சியே.

முதலில் ஈர்ப்பு விதியை மட்டும் மையப்படுத்தி எல்லாம் உலகமெங்கிலும் பேசப்பட்டு வருவது வருத்தத்துக்குரியதே. ஈர்ப்பு விதி முக்கியமான விதி என்றாலும், அது தனித்து செயல்படுவதில்லை என்ற ஒரு உண்மையை நாம் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். விரிவாக பின் வரும் அத்தியாயங் களில் பார்க்கலாம். பிரபஞ்ச தோற்றத்திற்கு காரணமான அனைத்து விதிகளும் ஒன்றோடொன்று இணைந்து செயல் பட்டுக் கொண்டிருப்பவை. இவை எல்லாவற்றையும் ஒரே இயக்கம் தான் நிர்வகித்துக் கொண்டிருக்கிறது. இதைத் தான் நாம் முதலில் புரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

இந்த புரிதல்கள் தான் தொடக்கம். ஈர்ப்பு விதி என்று ஒன்று இருக்கிறது என்பதை மட்டும் தான் எண்பது சத விகிதம் பேர் ரகசியம் புத்தகத்தில் தெரிந்து கொண்டனர். ஆனால் அது மட்டும் போதாது. உங்கள் அசாதாரண ஆற்றல் எனும் குதிரையை தட்டி விட நேரம் வந்தாகி விட்டது. நீங்கள் எல்லையில்லாதவர் என்பதை புரிந்து கொள்ள நேரம் வந் துவிட்டது. முன்னெப்போதும் இல்லாத அளவிற்கு எழுச்சி மிக்கவராய், பிரபஞ்ச இறை பேராற்றலின் ஒரு உன்னத பௌதீக படைப்பாய் உங்களை நீங்கள் உணர வேண்டிய நேரம் நெருங்குகிறது. நீங்கள் இப்போது வாழ்வில் எந்த இடத்தில் இருந்தாலும் சரி, எத்தனை பெரிய வீழ்ச்சியை சந்தித்திருந்தாலும் சரி, தோல்விகளால் ஆட்கொள்ளப்பட்டு துவண்டு சுருண்டு இருந்தாலும் சரி, தூக்கிப்போட்டு எழுந்து வாருங்கள். வாழ்வின் உன்னதங்கள் உங்களை வரவேற்கக் காத்திருக்கின்றன. உலக வரலாறு போகட்டும், உங்கள் சந் ததிகள் மத்தியில் உங்கள் வரலாறு பேசப்படட்டும். நீங்கள் அதற்காக பயணிக்கப் போவதில்லை, ஆனால் உங்கள் அற் புதமான பயணம் நீங்கள் விரும்புகிறீர்களோ இல்லையோ அவர்களை பேச வைக்கும். பயணத்தின் வழி நெடுக உங் கள் விருப்பம் ஒவ்வொன்றும் ஜாலம் போல் நிறைவேறும்.

பின்வரும் ஒவ்வொரு புரிதலும் உங்கள் விருப்பத்தை நிறை வேற்றும் பாதையில் ஒவ்வொரு படியே..

வாருங்கள் ஒவ்வொன்றாக ஏறலாம்...

புரிதல்

ஈர்ப்பு விதி - சில அடிப்படை விளக்கங்கள்

நம் விருப்பங்களை நிறைவேற்றும் பிரபஞ்சமானது "ஈர்ப்பு விதி" கொண்டே அதனை செய்கிறது என்ற பொதுக் கருத்து இருப்பதால் அதனைக் குறித்த சில அடிப்படை விளக்கங்களை பார்த்துவிடுவது நல்லது.

ஈர்ப்பு விதி என்ன சொல்கிறது?

- இந்த பிரபஞ்சத்தில் எல்லாமே ஆற்றலின் வடிவம் தான். எண்ணமும் ஒரு ஆற்றல்தான். அது ஒரு குறிப்பிட்ட அலைவரிசையில் (frequency) ஒத்திசைந்து (align) பயணிக்கும் போது ஒத்த அலைவரிசையில் உள்ள விஷயங்களை அது தன்பால் ஈர்க்கிறது.
- நாம் காணும் பௌதீக பொருட்கள் (matter), என்பது ஆதியான அருவில் (formless) இருந்து உருவான வை(form). இதனை எளிதாக புரிந்து கொள்ள வேண் டும் என்றால் நாம் நம் கையையோ அல்லது ஏதோ ஒரு உடல் பாகத்தையோ நேரடியாக பார்ப்பதை விட ஒரு சக்தி வாய்ந்த எலெக்ட் ரான் மைக்ராஸ்கோப்பில் பார்க் கும் போது செல்களாகவும், அந்த செல்களை உருவாக் கிய அணுக்களாகவும் பிளவுபடுவது தெரியும். அந்த

அணுக்களின் கூட்டமைப்பே பஞ்சபூதங்களும். பஞ்ச பூதங்களின் கூட்டமே நமது உடல்.

- எண்ணங்கள் என்பது எப்போதும் ஒரு குறிப்பிட்ட அலை வரிசையில் ஓடிக் கொண்டே இருக்கிறது. அதை நிறுத்த இயலாது. அதன் ஓட்டத்தை மாற்றியமைக்க முடியுமே ஒழிய எண்ணத்தை நிறுத்துவது என்பது சாத்தியமற்ற செயல்.
- இந்த எண்ணமானது நேர்மறையாகவும், எதிர்மறையாக வும் ஓடிக் கொண்டே இருக்கிறது. அதன் காரணமாக அதே அலைவரிசையை ஈர்க்கவும் செய்கின்றன.
- எண்ணத்தின் அதிர்வுகள் நம் வாழ்வில் மாற்றங்களை ஈர்க்கின்றன. நமக்கு விளைவது எல்லாம் நம் எண்ணத் தின் விளைவுகளே.
- நாம் பிரபஞ்சத்தோடு உணர்வுகளின் மொழியில் பேசு கிறோம். நமது உணர்வுகள் நமது ஆற்றலின் அதிர் வுகளை தீர்மானிக்கின்றன. நமது எண்ணங்கள் தான் நமது உணர்வுகளுக்கு அடிப்படையாக அமைகின்றன.
- நல்ல உணர்வுகள் நல்ல விஷயங்களை நம் வாழ்வில் ஈர்த்து தருகின்றன. எதிர்மறை உணர்வுகள் தீயவற்றை இழுக்கின்றன.

ஆக நமது எண்ணமானது, உணர்வுகளை உருவாக்குகிறது. உணர்வுகள் அதிர்வுகளை சமிக்ஞைகளாக பிரபஞ்சத்தில் செலுத்தி அதற்கொத்த அலைவரிசையில் இருப்பவற்றை ஈர்க்கிறது. அறிவியல் அறிஞர்கள் இந்த அதிர்வாற்றலை குறித்து ஆராய்ச்சியில் சில ஆச்சரியங்களை சந்தித்தனர். ஒரு தகட்டில் மண்ணைத் தூவி அதன் நாலாபுறமும் கட்டி தொங்கவிட்டு, அந்த தகட்டில் சில எலெக்ட் ரோ மேக்னெ டிக் அலைவரிசைகளை செலுத்தினர். ஒவ்வொரு அலை வரிசையில் அவர்கள் அதனை செலுத்தும் போதும் அந்த தகட்டில் உள்ள மண்ணானது ஒரு பேட்டர்னை உருவாக் கியதை அவர்கள் கண்டறிந்தனர். இதனை ரெசொனேட் பேட்டர்ன் (Resonate Pattern) என்று அழைக்கின்றனர். ஒவ்வொரு முறையும் அந்த அலைவரிசையில் அதிர்வை செலுத்தும் போது அதே வடிவமைப்பு உருவாவதைக் கண்ட றிந்தனர். இதற்கு அந்த தகடும் அடிப்படையாக இருப்பதை

யும் கண்டுபிடித்தனர். வேறு ஒரு தடிமனுள்ள தகடு இதே வடிவமைப்புகளைக் கொடுக்கவில்லை.

அதே போலத்தான் நாம் ஒவ்வொருவரும் ஒவ்வொரு அலைவரிசையில் இயங்கிக் கொண்டிருக்கிறோம். நமது அதிர்வுக்கேற்றாற்போல் நம்மால் பிரபஞ்சத்தில் இருந்து பதில் கிடைக்கிறது.

ΔΔΔ

பிரபஞ்சத்தின் அலைவரிசை

ஒட்டு மொத்த பிரபஞ்சமும் அதற்கென்ற ஒரு அலைவரிசை யில் இயங்கிக் கொண்டு இருக்கிறது. அதன் அலைவரிசை யோடு நாம் பைன் ட்யூன் செய்ய வேண்டியது அவசியமாகி றது. அப்படி செய்யும் போது நாம் பிரபஞ்ச போக்கோடு ஒத் திசைகிறோம். அதனோடு கூட பிரவாக ஊற்றாய் பெருக்கெ டுக்கிறோம். அதன் ஆற்றல் நம்மில் இணைய ஆனந்த நட னமாடுகிறோம். நமக்கு கிடைக்கும் ஆற்றலைக் கொண்டு நமக்கு வேண்டுவன இணைப்படைப்பாளியாய் உருவாக்கு கிறோம். இத்தனையும் சாத்தியம். ஆனால் எப்படி என்ற கேள்வி எழுகிறதல்லவா? சொல்கிறேன். அதற்கு முதலில் நாம் பிரபஞ்ச இருப்பையும், ஆற்றலையும் புரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

ΔΔΔ

இருப்பும் ஆற்றலும் – பிரபஞ்சத்தின் அற்புத வடிவமைப்பு

"நாம் எங்கு இருக்கிறோம்?" என்று கேட்டால் உல

கில் அல்லது பிரபஞ்சத்தில் என்று சொல்லமுடியும். இந்த அண்டம் முழுதும் எங்கே இருக்கிறது என்று கேட்டால் என்ன பதில் சொல்வது?

நீங்கள் இருக்கிறீர்கள், நான் இருக்கிறேன். நாம் காணும் அனைத்து பொருட்களும் இருக்கிறது. இவையெல்லாம் பூமி எனும் கிரகத்தில் இருக்கிறது. இந்த பூமி எனும் கிரகம் ஒரு சூரிய குடும்பத்தின் அங்கம். நமது சூரிய குடும்பத்தை போலவே பல்லாயிரக் கணக்கான சூரியகுடும்பங்கள் இருக்கின்றன. இவை அனைத்தும் இயங்கிக் கொண்டு இருக்கின்றன. நமது பூமியை போலவே பல உலகங்கள் இப்பிரபஞ்ச முழுவதும் இருப்பதற்கான சாத்தியக்கூறுகள் இருக்கின்றன என்று விஞ்ஞானிகள் தெரிவிக்கின்றனர். அவர்கள் தெரிவிக்க வேண்டும் என்றில்லை, இப்பிரபஞ்சத்தின் பிரம்மாண்டம் நமக்கு புரிந்தாலே அது நம்முடைய தர்க்க அறிவிற்கு புரிந்து விடும். இதற்கு பிறகு விண் கற்கள், எரிநட்சத்திரங்கள் என்று எக்கசக்கமான விஷயம் இப்பிரபஞ்சத்தில் முழுதுமாய் இருக்கின்றன. இவை எல்லாமும் ஏதோ ஒரு வகையில் இயங்கிக் கொண்டு இருக்கின்றது. இதனை பிரபஞ்ச பேரியக்க மண்டலம் என்று சொல்கிறோம்.

இத்தனை பருப் பொருட்களையும் தாங்கிக் கொண்டிருக்கும், இவை அனைத்திற்கும் காரணமான ஒன்று இருக்க வேண்டும் அல்லவா அது என்னவாக இருக்கும். கற்பனையிலேனும் நினைத்து பார்க்க முடியும். ஆனால் மெய்ஞானிகள் அது கற்பனைக்குக்கூட எட்டாத ஒரு இடம் என்று தெரிவிக்கின்றனர். அது உள்ளாலேயே உணர முடியும். எல்லா இயக்கத்தையும் தாண்டி இருப்பது "சுத்தவெளி" எனும் ஏதுமற்ற இருப்பு நிலை. இதைத் தான் நாம் "ஆதி", "பிரம்மம்", "இறைநிலை" என்று சொல்கிறோம்.

இப்பிரபஞ்சத்தில் நாம் காணும் இயக்கப் பொருட்கள் எல்லாம் (கிரகங்கள் உட்பட) ஒரு பெருவெடிப்

பில் உருவானது என்று விஞ்ஞானிகள் கூறுகின்றனர். பெருவெடிப்பு என்பது நாம் மனிதர்கள் உருவாக்கிய கால அமைப்பின்படி ஏதோ டக்கென்று நிகழ்ந்துவிட வில்லை. ஹிந்து மத புராண இலக்கியங்களில் ஒன்றான பிரஹ்மண்ட புராணம் "ப்ரம்மனுக்கு ஒரு நொடி என்பது நமக்கு பல கல்ப காலம் என்று விளக்குகிறது. இதில் பொதிந்திருக்கும் ஆழ்ந்த உண்மையை நாம் புரிந்து கொள்ள வேண்டியிருக்கிறது. இதன் உண்மை நமக்கு புரிந்து விட்டால் "காலத்தின்" தன்மை நமக்கு தெளி வாகிவிடும். அடுத்து நாம் பார்க்கவிருக்கிற விஷயங்கள் தெள்ளத் தெளிவாக புரியும்.

ஆகவே பெருவெடிப்பு என்பது நிகழ்கிறது; அண்ட பேரண்டங்கள் உருவாகிறது. எங்கிருந்து இந்த பெரு வெடிப்பு நிகழ்ந்தது. இது தான் பெரிய கேள்வியே. எங்கி ருந்தோ அது நிகழ்ந்திருந்தால் அது அதற்கு முன்னால் எங்கிருந்தது.

"ஐயையோ, இந்த ஆள் ஏதோ பெரிதாக குழுப்பு கிறானே," என்று நினைக்க வேண்டாம். நான் சொன் னதை சொன்ன ரீதியில் நீங்கள் யோசித்து பார்க்கும் போது, பெரியவர்கள் சொன்ன அந்த "இறைவெளியின்" தன்மை நமக்கு புரிய வரும். இந்த இறைவெளி என்பது இருத்தல் நிலை. "சும்மா இருப்பதே சிவம்" என்ற பெரி யவர்கள் வாகை சரியாக பார்த்தோமேயானால், இந்த சும்மா இருப்பது, எல்லாவற்றுக்கும் முன்பு சுயம்புவாக (தானே தோன்றியதாக) இருப்பது எது. கால-வெளி அளவைகள் எல்லாம் கடந்தது எது. ஸ்வயமாக வீற்றி ருப்பதே சிவம். இப்படித் தான் அதை பொருள் படுத்திக் கொள்ள வேண்டும். ஆக நாம் அந்த இருத்தல் நிலை யைத்தான், இறைவெளி அல்லது சுத்த வெளியைத் தான் "சிவம்", "சிவ களம்" என்று சொல்கிறோம்.

குறிப்பு : இதைப் படிப்படியாக இன்னமும் தெளி வாக புரிந்து கொள்ள வேண்டும் என்று விருப்பப்படு

பவர்கள் திரு வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்களின் மன வளக்கலை மையத்தை அணுகலாம்.

அடுத்து இந்த இருப்பு நிலையானது மிகுதிணிவால் மெய் எழுச்சி பெற்று ஆற்றல் பெறுகிறது. இந்த ஆற்றலே பிற்பாடு நாம் காணும் இந்த காண்பொருள்களுக்கெல் லாம் மூல ஆற்றலாக விளங்குகிறது. இந்த ஆற்றலைத் தான் நாம் சக்தி (Energy) என்று கூறுகிறோம். ஆற்றல் களம் அல்லது சக்தி களம் என்று கூறுகிறோம். இப் போது இந்த ஆற்றல் இல்லையென்றால் இயங்கு நிலை இல்லை. இந்த இயங்கு நிலை இல்லையென்றால் இருத்தல் நிலை குறித்து பேசவே வாய்ப்பே இல்லை. இதைத்தான் சக்தி இல்லையேல் சிவம் இல்லை, சிவம் இல்லையேல் சக்தி இல்லை என்று பெரியவர்கள் அடையாளக் குறிப்புகளாக கூறி வைத்தார்கள்.

ஈர்ப்பு விதியையோ மற்ற பிரபஞ்ச விதிகளையோ பற்றி பேசும் போது "மூலம் (source)" என நாம் கூறுவது இந்த இருப்பு நிலையைத்தான். டாக்டர் வேய்ன் டையர் தனது "விருப்பத்தின் சக்தி (power of intention)" புத்த கத்தில் விருப்பத்தின் மூலம் என்று கூறியிருப்பார். இந்த பிரபஞ்சத்தில் இயக்கம் முழுதும் இயல்பிலேயே தூண் டப்படுகிறது என்பது அறிஞர்கள் வாதம். இதை நாம் பேரறிவு என்கிறோம். ஐயா திரு வேதாத்திரி மகரிஷி

"வற்றாயிருப்பு, பேராற்றல், பேரறிவு, வளம் இவை நான்கும் இணைந்தது தெய்வமாம்"

என்கிறார். இதில் "வளம்" என நாம் புரிந்து கொள்ள வேண்டியது, பிரபஞ்சத்தின் அபரிமிதத்தை. அது உண் டாக்கும் அனைத்தும் வளங்கள் தானே. ஆக இருப்பு நிலையானது இயல்பிலேயே மெய் எழுச்சி பெற்று தன்ன கத்தே கொண்டுள்ள பேராற்றலாலும், தன் விருப்பத்தா லும் பல்வேறு தோற்றப் பொருள்களாக ஆகிறது. எப்படி ஆகிறது. மூலம் ஒன்றுதான், ஆனால் காணும் பொருட் களோ பலவாக இருக்கிறதே

இதற்கு பதில், "நாமெல்லாம் பஞ்ச பூதங்களின் கலவை" என்று பெரியவர்கள் சொல்லிக் கேள்வி பட்டி ருப்போம். பஞ்சபூதங்கள் எதன் கலவை. அறிவியல் படி பார்த்தால் உள்ளே பல மூலக்கூறுகள் இருக்கின்றன. மூலக்கூறுகள் அணுக்களின் கூட்டு. அணுக்களோ "விண்" எனும் தெய்வீகத் துகள்களின் கூட்டு.

மேற்சொன்னதை விளக்கும் வேதாத்திரி மகரிஷி ஐயாவின் இறைவணக்கப் பாடல்

ஆதியெனும் பரம்பொருள் மெய்யெழுச்சிப் பெற்று

அணுவென்ற உயிராகி அணுக்கள் கூடி

மோதியிணைந்து இயங்குகின்ற நிலைமைக்கேற்ப

மூலகங்கள் பலவாகி அவையிணைந்து

பேதித்த அண்டகோடிகளாய் மற்றும்

பிறப்பு இறப்பிடை உணர்தல் இயக்கமாகி

நீதிநெறி உணர் மாந்தராகி வாழும்

நிலையுணர்ந்து தொண்டாற்றி இன்பம் காண்போம்

இந்தப் பாடலை சரியாக புரிந்து கொண்டால், நாம் நம் பரிணாமத்தையும் புரிந்து கொள்ளலாம். பிரபஞ்ச பரிணாமத்தையும் புரிந்து கொள்ளலாம். நம்முள் உறை யும் இறைஆற்றலையும் புரிந்து கொள்ளலாம். அந்த உணர்தலிலே பிரபஞ்ச இயக்கத்தோடு ஐக்கியமாகி நம் மால் எதையும் படைக்க முடியும் என்றும் அறியலாம். எது வேண்டுமானாலும் என்றால் உடனே பிறர் வாட செய்யும் செயல்களின் விளைவுகளும் இதில் அடங்கி யது என்று பொருள் கொள்ளக் கூடாது. அதுவும் அது ஒத்த தன்மைகளுள்ள விஷயத்தோடு போய் சேரும். அதே போல் அச்செயலுக்கு தக்க விளைவுகள் இருக்

கவும் செய்யும். இது போன்ற பிடிகளில் இருந்தெல்லாம் விடுபட்டு, நமக்கு நன்மையே செய்யும் விதமாக, அதே நேரத்தில் அனைத்து வளங்களுடன் ஆனந்த மயமாக வாழ்வதைக் குறித்துதான் நாம் இப்புத்தகத்தில் பேசிக் கொண்டிருக்கிறோம்.

பிரபஞ்சத்தின் அற்புத வடிவமைப்பு

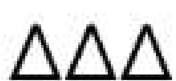
தொடக்கம் முதல் ஒவ்வொன்றையும் சீராக சரியா கவே வடிவமைத்து வைத்திருக்கிறது பிரபஞ்சம். பிர பஞ்சத்தின் பிரம்மாண்ட வடிவமைப்பை குறித்து பேச வேண்டும் என்றால் அதற்கு இந்த புத்தகம் போதாது. இந்த அற்புத வடிவமைப்பை பற்றி எப்போதுமே நான் சிந்தித்து ஆச்சர்யப்பட்டதுண்டு. சிறிது நீங்களும் பின்வ ருமாறு உங்கள் கற்பனை களத்தில் சிந்தித்து பாருங்க ளேன்.

மலர்கள் மிகுந்த மலர்தோட்டத்தில் நடந்து செல்கி றோம். மலர்கள் பூத்துக் குலுங்குகின்றன. இதற்கான ஊட்டம் என்னதான் தோட்டக்காரனால் தண்ணீராய் பாய்ச்சப்பட்டாலும் அது தண்ணீராய் அதன் வளர்ச் சிக்கு உதவுவதில்லை. தண்ணீரை வெறும் செடி மேல் மட்டும் ஊற்றினால் ஏதும் பிரயோஜனம் இருக்கிறதா என்றால் நிச்சயம் வாய்ப்பேயில்லை. தண்ணீர் அச்செடி நடப்பட்டிருக்கும் மண்ணில்தான் ஊற்றப்பட வேண் டும். மண்ணில் ஏற்கனவே அப்பூச்செடிக்கு தேவை யான தாதுப் பொருட்கள் நிறைந்திருக்கும். அந்த தாதுப் பொருட்கள் எங்கே எப்படியெல்லாம், எத்தனைக் கால மாய் உருவாகிக் கொண்டிருந்தன என்று நமக்கு தெரி யாது. ஆனால் தண்ணீர் விடுகிறோம். இந்த தாதுப்பொ ருட்களுடன் கலந்து வேரால் உறிஞ்சப்படுகிறது. உறிவ தற்கு ஏற்றார் போல் வேர்களின் அமைப்பு இருக்கிறது.

யார் அமைத்தது அடுத்து உறிஞ்சப்பட்ட நீர், மேலெழும் பும் நேரத்தில் அப்பூச்செடியில் சூரியன் பட வேண்டும் அப்போதுதான் "ஃபோட்டோசிந்தெசிஸ்" எனும் ஒளிச் சேர்க்கை நடக்கும். இது செடிகளின் உயிர்நாடி. இதில் வேண்டிய எல்லா ஆற்றலையும் பிரித்து செடியில் உள்ள அத்தனை பகுதிகளுக்கும் அனுப்பி, அதன் பலனாக பூக்களும் பூத்து, அந்த செடி ஒரு வேளை கனிதரும் மரவகை என்றால், காயாகி, கனியாகி அதனுள் இருக் கும் விதைகள் மீண்டும் மண்ணில் விழுந்து நீர் பெற்று தாதுக்கள் கண்டு. மீண்டும் செடியாகி, பூத்து.....

அப்பப்பா, சொல்லும் போதே மயிர்கூச்செறிகிறது. இதற்கெல்லாம் பின்னால் உள்ள மூளை எங்கே ஐயா இருக்கிறது எந்த சூப்பர் கம்ப்யூட்டராவது தானே யோசித்து இப்படி ஒரு வடிவமைப்பை கொடுத்துவிடுமா கம்ப்யூட்டர் என்பது ஒரு பெரிய சைஸ் கால்குலேட் டர். என்ன உள்ளீடு கொடுக்கிறோமோ அதற்கு தகுந்த வெளியீடு - அவுட்புட் இருக்கும். இந்த செயல்களில் உள்ளீடு கொடுத்தது யார் எந்த மூளையில் அந்த உள் ளீடு செயல்படுத்தப்பட்டது எங்கு எப்படி இந்த அவுட்புட் வந்தது

இந்த சிந்தனையெல்லாம் இங்கு உங்களிடமே விட்டு விடுகிறேன். ஏற்கனவே சொன்னது போல, பிரபஞ்சத் தின் பிரம்மாண்ட மற்றும் அற்புத வடிவமைப்பு இந்த புத்தகத்தில் அடங்காது. ஆனால் பிரபஞ்சம் இப்படி அற் புதமாய் இருப்பும், ஆற்றலும், பேரறிவும் கொண்டும் வள மனைத்தும் அபரிமிதமாய் கொண்டு இயங்கிக் கொண் டிருக்கிறது என்று நிச்சயம் நாம் புரிந்து கொள்ள வேண் டும். அதை எண்ணும் போதெல்லாம் உள்ளம் பூரிப்ப டைய வேண்டும்.



உள்ளில் என்னவோ வெளியிலும் அதுவே

நாம் நமக்கு வேண்டிய பொருட்களை வெளியில் உள்ளவைகளாக புற அம்சங்களாக பார்க்கிறோம். ஆனால் உண்மையில் அவைகள் நம் அகத்தின் ஆற்றலால் புறத்தில் சிருஷ்டிக்கப் பட்டவை. நாம் உணர்வு பூர்வமாக மனதில் ஒரு விஷயத்தைக் குறித்து சிந்திக்கும் போது அது புறத்தில் தானே உருவெடுக்கிறது. இதைத்தான் ரோண்டா பய்ர்ன், தனது ரகசியம் புத்தகத்தில் "எண்ணங்கள் பொருட்களாக பரிணமிக்கின்றன" என்று பிரகடனம் செய்தார்.

நமக்கு வேண்டியதை இப்பிரபஞ்ச இருப்பிலிருந்து ஒரு இணைப்படைப்பாளியாய் உருவாக்கி ஈர்ப்பு ஆற்றல் கொண்டு ஈர்த்துபெறுகிறோம் என்று ஏற்கனவே கண்டோம். அது எப்படி நம் எண்ணம் ஒரு பொருளை உருவாக்க முடியும் என்ற கேள்வி எழலாம். குவாண்டம் அறிவியலின் "ஹைசன்பெர்க் நிலையில்லாத்தன்மை விதி(Heisenberg Uncertainty Principle)" ஒருபகுதியில் இப்படி விவரிக்கிறது.

> "..ஒருபொருளை காண்பது(observing)என்பது காணும் அந்த கணத்திலேயே அதன் அணுக்களில் மாற்றங்களை உண்டுபண்ணுகிறது"

இதை "காண்போனின் விளைவு (observer effect)" என்று இயற்பியல் அறிஞர்கள் கூறுகிறார்கள். இப்படித்தான்இருக்கிறது என்று ஆன்மீக சான்றோர்களும் பெரியவர்களும் பழங்காலந்தொட்டே சொல்லிவருகின்றனர்.

"பிரக்ஞையின்/உணர்வுநிலையின்(Consciousness) பகுதியாக இருந்து கொண்டே, தான் காண்

பதை அறிந்து கொள்ளும் காண்போனின்(Observer) செய்கையே, ஒரு மாற்றத்தை பிரக்ஞை யில்(Consciousness) உண்டு பண்ணிவிடுகிறது", என் கிறார் ஜே.கிருஷ்ணமுர்த்தி. மனித தன்மாற்றத்திற்கும் மனித சமூக மாற்றத்திற்கும் இதை எப்படி உபயோகப்ப டுத்தலாம் என்று அழகாக பல சொற்பொழிவுகளில்அ வர் பேசி இருப்பார்.

அறிவியலும்சரி, தத்துவஞானிகளும் சரி ஒரு எண் ணம், பிரக்ஞையை அல்லது நாம் இப்புத்தகத்தில்பேசி வரும் எளிய மொழியில் "பிரபஞ்ச தெய்வீகத் துகள்க ளில்" மாற்றத்தை ஏற்படுத்தக் கூடியவல்லமை பெற்றது என்றே சொல்லியிருக்கின்றனர். அப்படியென்றால் ஒரு சீரிய சிந்தனையை மனதில் ஓட விட்டு அதையே பிரபஞ் சத்தில் உருவாகுவதாக சிந்தை மிகுந்து காணும் போது அதுவே யதார்த்தத்தில்உருவாக்கப்பட முடியுமல்லவா?



கேள்வியும்-பதிலும் - 2

பிரபஞ்ச விதிகளைக் குறித்த ஆய்வு அவசியம் தானா?

"சார், இந்த பிரபஞ்ச விதிகளை பத்தி பேசும் போது, இதை ஆராய்ச்சிலாம் பண்ணக் கூடாது. முழுசா அப் படியே நம்பணும்னு சொல்றாங்களே. ஆனால் நீங் கள் ஆய்வு செஞ்சு பாருங்கனு சொல்றீங்களே? இதுல எது சரியானது?

மேல்கண்ட கேள்வி நான் பலமுறை என் காதால் கேட்டதுண்டு. சிலர் என்னிடம் வாக்குவாதம் கூட செய்வர். இது நாம் பிரபஞ்ச பேராற்றலை அல் லது இறைவனை சந்தேகிப்பது போலாகாதா? நாம் ஆய்வு செய்ய தொடங்கிவிட்டால் நமது கவனம் முழுவதும் அந்த ஆய்வின் மீது படிந்து விடாதா? அப்படி இருக்கையில் நம் எண்ணம் எப்படி ஈடே றும்? என்று கேள்விகள் கேட்பார்கள்.

இந்த பிரபஞ்ச வடிவமைப்பை போல ஒரு அற்புத மான ஒரு பிசகும் இல்லாத ஒரு சிஸ்டமை நாம் பார்க்க முடியாது. மிகவும் நுணுக்கமான ஆனால் அதே சமயத்தில் ஒரு பிரம்மாண்ட வடிவமைப்பு அது. அதில் எனக்கு எந்த மாற்றுக் கருத் தும் கிடையாது. ஒரு மொபைல் ஃபோன் இருக் கிறது. அதன் தயாரிப்பாளர் அதில் எந்த வித மான கோளாறும் ஏற்படாதவாறு பார்த்து பார்த்து

வடிவமைத்து தான் தயாரித்தும் கொடுத்திருப்பார். ஆனால் அதில் கோளாறு வந்து விட்டாலோ? கோளாறு வருவதற்கு அதன் பயனாளர்களான நாம் ஒரு காரணமாகிவிட்டாலோ? ஒரு எந்தி ரத்தை இயக்க வேண்டும் என்றால் அது எப்படி இயங்குகிறது என்பதை நாம் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும் என்று அவசியம் இல்லை. அது வடி வமைப்பின் பிரச்சினை. ஆனால் அதனை எப்படி இயக்க வேண்டும் என்று நாம் கட்டாயம் தெரிந்து வைத்திருக்க வேண்டுமல்லவா? அதுதான் நம் பிரச்சினை. இயக்குதலின் அடிப்படைகள் கூட தெரியாமல், எங்கோ கோளாறு ஏற்பட அதற்கு வடி வமைப்பின் மீது குறை சொல்வதே நமக்கு வழக்க மாகிவிட்டது.

நான் ஆய்வு செய்ய சொல்வது, தெரிந்து கொள்ள சொல்வதெல்லாம், அதன் அடிப்படை இயங்கு முறைகளை, நாம் அதனை சரியாக இயக்கும் முறைகளையும் தான். பிரபஞ்ச வடிவமைப்பு என் பது நான் ஏற்கனவே கூறியது போல இறை ஆற் றல் என்ற கைதேர்ந்த தச்சனின் வடிவமைப்பா கும். பிழை என்பதற்கு வாய்ப்பே இல்லை. அப் போது அதனை இயக்கும் நம்மால் தான் கோளாறு கள் வரும் வாய்ப்புகள் இருக்கிறது. அதைத் தான் தெரிந்து கொள்ளவும், புரிந்து கொள்ளவும் சொல் கிறேன்.

மின்சாரம் எப்படி வேலை செய்கிறது என்பதை நாம் தெரிந்து கொள்ள முடியாது தான். ரேடியோ டி.வி. அலைவரிசைகள் கண்ணுக்கு தெரியாது தான். ஆனால் எந்த ஸ்விட்சை போட்டால் ஃபேன் ஓடும், எந்த பட்டனை அழுத்தினால் ரேடியோவில் நாம் விரும்பிய ஸ்டேஷன் எடுக்கும், டி.வி.யில் விரும்பிய சானல் மாறும் என்பது நாம் தெரிந்தி ருக்க வேண்டியதே.

இப்போது புரிகிறதா நான் என்ன செய்ய சொல்கி
றேன் என்று?

ஏன் நம் மனம் விரும்பியதை நிகழ்த்த முடியாமல் போகிறது?

இன்று பரவலாக எல்லாவிடத்திலும் இந்த "புதிய சிந்தனை" கொள்கைகள் பேசப்பட்டு வருகின்றன. மனிதர்கள் யாவரும் இந்த ஆழ்மனம் குறித்த விழிப்புணர்வு பெற வேண்டும், பிரபஞ்சத்தில் எங்கும் வீற்றிருக்கும் தெய்வீக பேராற்றலின் வழிநடத்துதல் பெற்று ஒவ்வொருவரும் அவரவர் விரும்பிய வண்ணம் சிறப்பாக வாழ வேண்டும் என்று தான் இந்த "நியூ தாட்" பிரச்சாரகர்கள் இருந்தார்கள். கடந்த நூற்றாண்டில் வாழ்ந்த நெப்போலியன் ஹில் ஆகட்டும், டாக்டர் ஜோசஃப் மர்ஃபி ஆகட்டும் இல்லை இக்காலத்தில் இதைப் பற்றி அதிகம் தெரிவித்த லூயிஸ் ஹே, டாக்டர் வேய்ன் டையர் போன்றவர்கள் ஆகட்டும், இல்லை இதனை குறித்து இப்போதும் போதிக்கும் ஆசிரியர்களான ஆபிரகாம் ஹுக்ஸ், தீபக் சோப்ரா, எக்கார்ட் டோல்லே போன்றவர்கள் ஆகட்டும், அனைவருக்கும் ஒரே குறிக்கோள்தான்; மனிதர்கள் தாம் விரும்பும்படியான சிறப்பான வாழ்க்கையை வாழ வேண்டும். இந்த நூலை எழுதும் மிக முக்கியமான நோக்கமும் இதுதான்.

ஆனால் எல்லோருக்கும் சொல்லப்படும் விஷயங்களின் உண்மைத் தன்மை புலப்படுவதில்லை. தொடக்கத்தில் இவற்றை குறித்து அறியும் போது நமக்குள் சிறகடித்து பறக்கும் பட்டாம்பூச்சி அதன் பின் இருக்கும் சில உண்மைகளை தெரிந்து கொள்ளும் போது சிறகுகளை மூடி படுத்துக் கொள்கிறது. ஈர்ப்பு விதி இருக்கிறது என்று சொன்னவுடன் , "ஆஹா" என்கிறோம், ஆனால் ஈர்ப்பு விதியை சரியாக செயல்பட வைக்க இதெல்லாம் செய்ய வேண்டும் என்றால், "இதெல்லாம் பொய் புகட்டு" என்கிறோம். யாரோ எங்கோ தவறுதலாக சொல்லிக் கொடுக்கும் "ஈர்ப்பு விதி என்றால் நமது இஷ்டப்படி ஜாலியாக வாழலாம்", என்ற கருத்துரையை முழுமையாக ஏற்றுக் கொள்கிறோம்.

"நீங்கள் இஷ்டப்படி ஜாலியாக வாழ்வதும் வீழ்வதும் உங்களிடம் தான் இருக்கிறது. பிறரை நோகடித்து ஜாலியாக இருக்கக் கூடாது. யார் மனதும் புண்படாமல் இருக்க வேண்டும், இல்லையென்றால் அந்த அதிர்வலைகள் உங்களைத் தாக்கும். இதுவும் பிரபஞ்ச விதிகளில் ஒன்றுதான்," என்று சொன்னால் மனம் அதனை ஏற்றுக் கொள்ள மறுக்கிறது. ஏன் முதலில் நாம் ஏற்கனவே வாழ்வில் மிகவும் கஷ்டப்பட்டுக் கொண்டிருக்கிறோம் என்று மனதை நம்ப வைத்திருக்கிறோம். அடுத்தது அந்த கஷ்டங்களில் இருந்து மீள பல உத்திகளை சிரமப்பட்டு கையாள்கிறோம், ஆனால் அவற்றில் பயனில்லை என்றும் நம்புகிறோம். இப்போது இந்த பதிவை பெற்ற மனம், எங்காவது அசந்து சாய முற்படுகிறது. அதற்கு "எளிய வழி" என்று ஏதாவது ஒன்றை தேடுகிறோம். ஜோதிட பரிகாரங்கள், தாயத்துகள், ராசிக்கற்கள், வாஸ்து என்று எதன் பின்னாவது ஓடுகிறோம். இவை அனைத்தும் முழுமையாக பொய் என்று கூற இயலாது. ஆனால் இவை அனைத்தையும் கண்மூடித்தனமாக நம்புவதையே பழக்கமாகக் கொண்டிருக்கிறோம் என்பதையே சுட்டிக் காட்டுகிறேன்.

ஈர்ப்பு விதி அல்லது ஆழ்மனப்பயிற்சிகள் குறித்த விஷயங்களும் அப்படித்தான். சரியான புரிதல் இல்லாதது, தவறான வழிநடத்துதல் என்பதால் தவறுகள் நேருகின்றன. பலனும் கிடைப்பதில்லை.

பலரும் ஈர்ப்பு விதி உட்பட்ட பிரபஞ்ச விதிகளை ஏதோ "ஜால வித்தை" என்று நினைக்கிறார்கள். இதெல்லாம் நடப்பதில்லை என்று ஏமாற்றம் அடைந்து முடிவில் அதை எதிர்க்கிறார்கள். பிரபஞ்ச விதிகள் என்பது நாம் வாழும் இப்பிரபஞ்சத்தின் அடிப்படை வடிவமைப்பு. ஒரு உயரிய "சிஸ்டம்". உண்மையில் பிரபஞ்சத்தில் இந்த விதிகள் எப்படி செயல்படுகிறது என்று தெரியாமல் இருப்பவர்கள் தான் ஏராளம். ஈர்ப்பு விதியைக் குறித்தும், ஆழ்மனதின் சக்தியை குறித்து எழுதப்பட்ட புத்தகங்களில் இருந்து சிறிது அறிவையும் எடுத்துக் கொள்கிறார்கள். ஒரு விருப்பத்தை ஆழ்மனதில் பதிய செய்யவேண்டிய செயல்களான சுயப்பிரகடனங்கள், அகக்காட்சிப்படைப்பு என்பதை எல்லாம் செய்கிறார்கள். இப்போது விருப்பம் நிறைவேறி விட்டதாக கற்பனை செய்கிறார்கள். எல்லாம் சரியே. ஆனால் இது மட்டும் போதும் என்று நினைக்கும் இடத்தில்தான் தவறுகிறது.

ஒரு சுவதீசிய பழமொழி உண்டு,

> "இறைவன் உலகில் எல்லா பறவைகளுக்கான உணவையும் தயாராகவே வைத்துள்ளான். ஆனால் அதை அவன் அவற்றின் கூட்டிற்குள் கொண்டு வந்து இடுவதில்லை"

புரிகிறதா? நமக்கு தேவையானது எல்லாம் பிரபஞ்சத்தில் இருக்கிறது. ஈர்ப்பு விதியையோ ஆழ்மனப் பயிற்சிகளையோ செய்து விட்டு வெறுமனே "கூரை பிய்த்து கொட்ட போகிறது" என்று உட்கார்ந்திருப்பதால் எதுவும் நடப்பதில்லை.

ஈர்ப்பு விதி அப்படி செயல்படுவதில்லை. நீங்கள் எண்ணத்தை விதைத்தவுடன், அதில் தீவிரம் காட்டி அதை நிறைவேற்ற அனைத்து சிரமங்களையும் மேற் கொள்ள தொடங்கியவுடன், அந்த விருப்பங்களை அடைய நீங்கள் என்னவெல்லாம் செய்ய வேண்டும் என்று குறிப்புகளாக, உங்கள் சிந்தனை பொறிகளாக, உள்ளுணர்வாக தரத் தொடங்குகிறது பிரபஞ்ச பேரறிவு. இந்த குறிப்புகளை புரிந்து கொள்பவர்கள் தான் தமது விருப்பத்தை நிறைவேற்றுவதில் வெற்றி பெறுகிறார்கள்.

ΔΔΔ

பிரபஞ்சம் தரும் குறிப்புகளை புரிந்து கொள்ள என்ன செய்ய வேண்டும்

பிரபஞ்சத்தின் அமைப்பையும் அது செயல்படும் விதத்தையும் நாம் ஏற்கனவே கண்டோம். அதனால் ஈர்ப்பு விதி எப்படி செயல்படுகிறது என்பது ஓரள வுக்கு புரிந்திருக்கும். ஒத்தவை ஒத்தவற்றை ஈர்க்கின் றன என்பதுவும் புரிந்திருக்கும். ஒத்த பருமனுள்ள "பிர பஞ்ச தெய்வீகத் துகள்கள்" ஒன்றோடொன்று இணை கின்றன. இதையே ஈர்ப்பு என்கிறோம். எண்ணங்கள் எல்லாம் ஆற்றலெனும் பொருள்கள் ஆகின், அவற்றின் தன்மையை ஒத்து அவை ஒன்றுகின்றன அல்லது ஈர்க் கப்படுகின்றன.

பிரபஞ்சம் முழுவதும் வியாபித்திருக்கும் மூல ஆற்றல் நம் எண்ணங்கள் மூலம் உருவான ஆற்றல் அலைவரி சைகளை வைத்து அதற்கேற்றாற்போல் அதற்கு தகுந் தவற்றை நம்மிடம் சேர்க்கிறது. சரியாக சொன்னால் நம்

மிடம் சேர்க்கப்படும் அந்த பொருள்களுக்கு, நாம் தான் மனதில் "உருவம்" கொடுக்கிறோம். அந்த "உருவம்" மனதின் காட்சிப்படுத்தும் திறத்தினால் உருவானது. அந்த திறம் நம்முடைய பிறப்பிலேயே நம்முடன் கலந்த தெய்வீகத் துகளினால் வந்தது. எல்லாம் வல்ல பிரபஞ்ச பேரறிவானது நம்முள் எப்போதும் இயங்கிக் கொண்டிருக்கிறது. ஆனால் அந்த தொடர்பை நாம் மறந்து மூல பேராற்றலோடு தொடர்பற்றவராக மாறிவிடும் போது நம் உலகம் சுருங்கி விடுகிறது, எண்ணத்தின் தன்மை சுருங்கி விடுகிறது.

"உள்ளுவதெல்லாம் உயர்வுள்ளல்," என்று வள்ளுவர் சொன்னதை கேட்டு உயர்வானதை கேட்கும் தரத்தை மனம் இங்கு இழந்து விடுகிறது. உங்கள் விருப்பங்கள் நிறைவேற வேண்டுமானால் உங்கள் எண்ணங்களின் தரம் உயர வேண்டும். அதற்கு நீங்கள் உங்களோடு என்றும் ஒட்டி உறவாடிக் கொண்டிருக்கும் மூலப் பேராற்றலோடு, அந்த தெய்வீகத் துகளோடு மீண்டும் இணைய வேண்டும். இணைவது என்றால் என்ன எப்படி என்று கேட்கிறீர்களா இணைப்பு துண்டிக்கப்பட்டுள்ளது என்ற நினைவு வந்தவுடன் நீங்கள் இணைப்பிற்கான வழியில் நடக்கத் தொடங்கிவிடுவீர்கள்.

ΔΔΔ

இந்த இணைப்பை எப்படி மறக்கிறோம்

என்றென்றும் ஆன்மீக பாதையில் இருப்பவர்கள் கூட இந்த இணைப்பை அவ்வப்போது மறந்து விடுவார்கள். அப்படியிருக்கும் போது சாதாரண தினசரி வாழ்க்கையில் இருக்கும் நாம் எம்மாத்திரம். காரணம்

சமூகக் கட்டமைப்பு. நீங்கள் சிறுவயது முதல் கேட்கும் அத்தனை எதிர்மறையும் உங்களுக்கு பல விதமான எதிர்மறை வேலிகளை அமைத்திருக்கும். உங்களைக் கட்டுப்படுத்தும் சக்தியை அவை பெற்றிருக்கும். உங் களை பயத்தில் ஆழ்த்தி இருக்கும். உங்களுடைய மன தில் பிரிவினை, குறைபாடு, முன்விதித்தல், எதிர்மறை எண்ணங்கள் போன்றவற்றை ஆழ்நம்பிக்கை அமைப் புகளாக தோற்றுவிக்கும். உலகில் ஒரு மனிதனுக்கு முதல் எதிரி, பயம். அது வந்துவிட்டால் அடுத்து அவனது வாழ்க்கையில் கஷ்டப்பட தேவையான எல்லாம் வந்து விடும். அப்படி இருக்கும் போது இவையெல்லாம் ஒன்று கூடிய இடத்தில் என்ன நடக்கும் உங்களுக்குள் இருக் கும் மூலத்துடனான தொடர்பு துண்டிக்கப்பட்டு, நீங்கள் எவ்வளவு ஆற்றல் மிக்கவர் என்பது உங்களுக்கு மறக்க டிக்கப்படும்.

"சார். நான் எல்லாம் சரியாகத்தான் செய்கிறேன். எல் லோரும் சொல்லிக் கொடுத்தப்படி சுயப்பிரகடனம் சரி யாக செய்கிறேன். உறங்கும் முன்பும் செய்கிறேன். அதி காலை எழுந்தவுடனும் செய்கிறேன். தினமும் பிரார்த் தனை செய்கிறேன். தியானம் செய்கிறேன். வீடு முழு வதும் அகக்காட்சிப் பலகைகள் சுவர் கூட தெரியாத அளவு ஒட்டி வைத்திருக்கிறேன். எதிர்மறை ஒன்று கூட காண்பது இல்லை. ஆனாலும் எதுவும் நடக்க மாட் டேன் என்கிறதே",

என்று என்னிடம் புலம்பினார் ஒரு அன்பர்.

"அப்படியா"

என்று என்ன காரணமாக இருக்கும் என்று அவ ரிடமே இருந்து தெரிந்து கொள்வதற்காக என் ஆர் வத்தை அந்த கேள்வியிலேயே தெரிவித்தேன்.

"அட, ஆமாம் சார். நீங்க சொல்ற பிரபஞ்சம் எல்லாம் எனக்கு புரியுது. எல்லாம் செய்யறேன். கொஞ்சம் கடன் இருக்கு. அதையெல்லாம் தீர்த்துட்டு, என் தொழில் விருத்தியடையனும், நல்ல அமைப்புள்ள வீடு வேணும்,

இதுதான் என் கோரிக்கை. என் வேலைகளில் நான் என்னைக்கும் ஒரு குறையும் வைத்தது கிடையாது. இலக்கு வச்சுதான் ஓடறேன். ஆனா நான் பிரபஞ்சத்து கிட்டே கேட்ட அந்த பணம் மட்டும் கிடைக்கவே மாட் டேங்குது"

என்றார். காரணம் புரிந்து விட்டது. அவரிடம்,

"சார், தேவையானதை கொடுத்தே தீரணும்னு மனசு நினைக்குது. உங்களுக்கு பிரபஞ்சத்து மேல நம்பிக்கை இருக்கறதா சொன்னாலும், நடக்கவே மாட்டேங்குதே இன்னும் எவ்வளவு நாளாகுமோ என்ற பயம் தான் மேலோங்கி இருக்கு. நான் செய்றேன், நான் செய் றேன்னு சொல்றீங்க. ஆனா உங்க பயமும் சந்தேகமும் ஆழ்மனசுல உங்கள ஆட்டிப் படைக்கிறதால ஒண்ணும் நடக்கமாட்டேங்குது. நீங்க பிரபஞ்சத்தோட இணைப் புல இருக்கீங்க அப்படீங்கறத மறந்துட்டீங்க. பிரபஞ்ச போக்கோட இணைந்து உங்களுக்கு வாழ்க்கைல ஒவ் வொண்ணும் நடக்க அனுமதிச்சா போதும். தானா நீங்க விருப்பமா கேட்டது எல்லாம் ஒவ்வொண்ணா நடக்கும். ஆனா நீங்களே அது நடக்க விடாம அணை போட்டி ருக்கீங்க"

என்று சொன்னேன்.

அவர் மட்டுமல்ல உண்மையில் நம்மில் பலரும் இப் படித்தான். ஈர்ப்பு விதி மாயாஜாலம் போல வாழ்வில் இயங்க வேண்டும் என்று விருப்பப்படுகிறோம். மாயா ஜாலம் செய்யும் ஆற்றல் எதற்கு இருக்கிறதோ அத னோடு தொடர்பை துண்டித்து விட்டு நடக்கவில் லையே என்று வருத்தப்படுவது எந்த விதத்தில் நியாயம்.

இன்னொரு வகை மனிதர்கள் இருக்கிறார்கள். இலக்குகள் நிர்ணயித்து விடுவார்கள். அந்த இலக்கை அடைய திட்டங்கள் வகுப்பார்கள். எந்த அளவிற்கு இந்த இலக்கை அடைய சிரமப்படுகிறார்களோ அந்த அளவிற்கு அவர்களுக்கு பலன் கிடைக்கும் என்று நம் புவார்கள். கடின உழைப்பு என்று தமது மேனியையும்,

மனதையும் உளைச்சலுக்கு உள்ளாக்குவார்கள். இது சொன்னவுடன் "உழைப்பு" என்பது தேவை இல்லை என்று பேசாதீர்கள் என்று சொல்லாதீர்கள். பிரபஞ்சத்தில் எதற்கும் செயல் அல்லது உழைப்பு தேவைதான். செயலே தெய்வத்தால் ஆகாதபோதிலும் பலன் தரும் என்று வள்ளுவர் சொல்லியிருக்கிறார்தான். ஆனால் பிரபஞ்ச பிரவாகத்தில் ஐக்கியமான பின்னர், அந்த ஓட்டத்தினூடே நமக்கு வேண்டியது எல்லாம் ஏற்கனவே இப்பிரபஞ்சத்தில் கொட்டிக் கிடக்கிறது, பயணத்தின் வழியில் தக்க தருணத்தில் அவை நமக்கு ஈர்க்கப்பட்டு கிடைக்கும் என்பதே உண்மை.

இந்த வகையினர் தாம் விரும்பியதை பெற கடுமையாக போராடுவார்கள். ஆனால் அந்த போராட்டமே அவர்களுக்கு பெரும் தடையாக இருக்கும். இந்த போராட்டத்தின் பிண்ணனியில் தனது சிறிய பிசகும் தாம் விரும்பியது நடக்கவிடாமல் செய்து விடுமோ என்ற விஸ்வரூப பயம் காரணமாக இருக்கும். ஆனால் வெளிக்காட்டிக் கொள்ளமாட்டார்கள். தன் வேலையை செய்வதில் சலித்து கொள்பவர்களுக்கும், இசைந்து செய்பவர்களுக்கும் பெரிய வித்தியாசமே இருக்கும். இரண்டாமவர் என்றும் குழந்தை போல குதூகலமாக செய்து கொண்டே இருப்பார். காரணம், அவர் அதனை விரும்பி இசைந்து செய்வது தான். அவர் விரும்பியது எல்லாம் நடக்க வேண்டும் என்று வற்புறுத்துவதில்லை. மாறாக அவை அனைத்தும் தமது பயணத்தினூடே நடக்க அனுமதிக்கிறார். அவரது வாழ்க்கையை அவரே இணைப்படைப்பாளியாய் இருந்து கட்டமைக்கிறார். அவரது ஆற்றலும் பிரபஞ்ச பேராற்றலும் ஒத்திசைந்து இருக்கும்.

பயம் உங்களை ஆட்டுவிக்கிறதா உங்கள் வாழ்க்கையில் தோல்விகளுக்கு பலரையும் நீங்கள் காரணம் காட்டுகிறீர்களா உலகம் மிக மோசமானது என்ற எண்ணம் உங்களிடம் மேலோங்கி இருக்கிறதா உல

கில் கெட்டவர்கள் நிறைந்து காணப்படுகிறார்கள் என்று விதிக்கிறீர்களா எச்சரிக்கை. நீங்கள் உங்கள் மனம் விரும்பியதை நடக்க விடாமல் தடுப்பணைகளை கட்டிக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். பிரபஞ்ச பேராற்றலின் சக்தி பிரவாகத்தில் இணைய மறுத்து உங்களுக்கு நீங்களே வேலி போட்டுக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். உங்கள் மூல ஆற்றலோடு இணைப்பை துண்டித்திருக்கிறீர்கள். இவற்றை சரிகட்டினால் மட்டுமே நீங்கள் விரும்பியதை வாழ்வில் அடைய முடியும்.

பிரபஞ்சத்தில் ஈர்ப்பு விதி உட்பட அனைத்து விதிகளும் செயல்படும் விதங்களை நீங்கள் முழுமையாக புரிந்து கொண்டாலேயொழிய, ஆதிமூலமாகிய இறை பேராற்றலுடன் மீண்டும் இணைந்தாலேயொழிய உங்களால் உங்கள் விருப்பங்களை நிறைவேற்ற முடியாது. ஒரு சாக்லேட் வேண்டுமென்ற் நீங்கள் நினைத்தவுடன் அது உங்களுக்கு ஏதோ ஒரு வகையில் கிடைக்கிறது என்றாலும் இந்த அமைப்புதான் காரணம். சாக்லேட் போன்ற விஷயங்களுக்கு பெரிய பிரயத்தனங்கள் தேவை இல்லை. ஆனால் பெரிய விருப்பங்கள், நம் மனதுடன் முரண்பட்டு இருக்கும் நிலையில், நடத்த வேண்டும் என்றால்...?

இந்த இணைப்பை உங்களுக்கு புரிய வைக்கவும், அதனை உங்கள் தினசரி வாழ்க்கையில் ஒன்ற வைக்கவுமே இனி வரும் அத்தியாயங்கள் உதவி புரிய போகின்றன. ஒவ்வொரு பயிற்சியும் அதற்காகவே அமைக்கப்பட்டுள்ளது. வாழ்க்கையில் கவலைகள் மறந்து உங்களுக்கு குதூகலம் ஏற்பட என்னவெல்லாம் செய்ய வேண்டுமோ அத்தனையையும் உடன் இணைத்துள்ளேன். மறக்காதீர்கள் வாழ்க்கை ஒரு களிநடனம். ஆனந்தமாக ஆடுங்கள். அதைத்தான் இறைப் பேராற்றல் விரும்புகிறது.

எல்லாவற்றையும் ஒன்றிணைக்கும் விழிப்புணர்வு

தன்னுடைய "விஷஸ் ஃபுல்ஃபில்ட்" புத்தகத்தில் டாக்டர் வேய்ன் டையர் கூறியிருப்பது

தெய்வீக விழிப்புணர்வு நிலையில் வாழ்வதென்று நீங்கள் முடிவு செய்து விட்டால், அந்த பூடகமான மறைபொருளை பாராட்ட தொடங்குவீர்கள்; அந்த வியக்கத்தக்க, அற்புதமான இறைநிலையை முழுவதும் நம்ப தொடங்குவீர்கள்.

உங்கள் விருப்பம் அனைத்தும் நிறைவேறும் வாழ்க்கையை தொடங்குவதற்காக, நீங்கள் சிந்தித்து செயல்பட, இங்கே 3 கேள்விகள் கொடுக்கப்பட்டுள்ளன. இவற்றை முழுவதும் படித்து முடித்தபின், "எதுவும் சாத்தியம்" என்ற முழு நம்பிக்கை உங்கள் மனதை ஆட்கொள்ளும் என்று நம்புகிறேன்.

கேள்வி #1

என்னுடைய விருப்பங்கள் பிரபஞ்ச பேரறிவின் உயர்ந்த அதிர்வலைகளுடன் இணைந்திருக்கிறதா?

உங்கள் எண்ணங்களும், உணர்வுகளும் உயர்ந்த அலைவரிசையில் இயங்க வில்லை என்றால், உங் களுக்கு வெறுப்பும், சோர்வும், அவநம்பிக்கையும் மிஞ்சும். அன்பு என்பதே பேரருள். உங்கள் விருப் பங்கள், இந்த பேரருளுடன் இணையாது இருந் தால், உங்களுக்கு வெற்றி என்பது எட்டாக்கனியா கவே இருக்கும்.

உங்கள் எண்ணெங்களில், உணர்வுகளில், செயல்களில் எப்பொழுதும் அபரிமிதத்தை பிரதா னமாக வைக்கவும். இது யாரையும் திருப்திப்படுத் துவதற்காக செய்யும் செயல் அல்ல. பிரபஞ்சம் இதை உங்கள் பேராசை என்று பார்க்காது. மாறாக, நீங்கள் இதற்கு தகுதியானவர் என்று புரிந்து கொண்ட அவற்றை உங்களிடம் கொண்டு சேர்க்க வழிகளை அமைத்து கொடுக்கும்.

கேள்வி #2

விமர்சனங்களும், கண்டனங்களும் என்னை என்ன செய்கின்றன?

நான் அன்பின் காரணம்; நான் அன்பின் விளைவு. இது உண்மையெனில், என்னிடம் இருப்பது அன்பு மட்டுமே. அதைத்தான் நான் கொடுக்க முடியும். இது புறத்தில் மற்றவர்களால் எப்படி எடுத்துக் கொள்ளப்படும் என்பது என் கவலையாக, எண் ணமாக இருக்க கூடாது. அடுத்தவரை பற்றிய என் விமர்சனமும், கண்டனமும் உண்மையில் எனக் குதான் பாதிப்பை உருவாக்குகிறது. ஒவ்வொரு முறை அடுத்தவரை கண்டனம் செய்யும்பொழுது, என்னை நானே ஒரு இப்படைப்பு தன்மையில் இருந்து விலக்கி வைத்து கொள்கிறேன்.

இந்த பிரபஞ்சம் எல்லோருக்குமான தேவைகளை நிறைவேற்ற போதிய அளவு கொண்டிருக்கிறது.

அல்ல அல்ல குறையாத அட்சய பாத்திரம் அது. ஆகவே, நாம் எல்லோரும் ஒரே இயக்கம், எல்லோரும் ஒன்றே என்ற புரிதலின் அடிப்படையில் எல்லையற்ற அன்பை வெளிப்படுத்த முடிந்தால் , நம் விருப்பங்கள் விரைவில் நிறைவேறுவதற்கு கண்கூடாக காணலாம்.

கேள்வி #3

எல்லையற்ற சாத்தியக்கூறுகளைக் காண என் மனம் தயாராக இருக்கிறதா?

அத்தனை இருப்புகளையும் உள்ளடக்கிய ஒரு எல்லையற்ற பிரபஞ்சத்தில் வாழ்கிறோம். ஆகவே, அனைத்தும் இதன் உள்ளே தான் நிகழ்கிறது. இந்த பிரஞை நிலையானது, எங்கும், எதிலும் நிறைந்திருக்கும் பேராற்றல் கொண்டு எல்லையற்ற சக்தியாகும். இதன் அடிப்படையில் பார்த்தால், உங்கள் விருப்பங்கள் இந்த உயர்ந்த அலைவரிசையில் இயங்கும் பொழுது, அற்புதமான சாத்தியக்கூறுகள் எளிதாக நடைபெறும்.

இந்த பிரக்ஞை நிலையை நாம் உணரும் பொழுது, நம் நுண்ணறிவு எழுப்பப்படுகிறது. நம்முடயஎள்ள கேள்விகளுக்கும் பதில் கிடைக்க தொடங்குகிறது. குழப்பமுற்றிருந்த நம் அறிவாற்றல் தெளிவடைகிறது. பிரபஞ்சத்தின் ஆற்றல்மிக்க சக்திகள் நம் துணைக்கு வரும். ஒரு சமயத்தில் "முடியாது, நடக்காது, சாத்தியமில்லை" என்று நாம் நினைத்தது எல்லாமே நம் கண்முன்னே உண்மையாக காட்சியளிக்க தொடங்குவதை நம்மால் பார்க்க முடியும்.

#

மனமும் அதிர்வலை இயக்கமும்

மனதை குறித்த புதுப்புது ஆய்வுகளை ஒவ்வொரு நாளும் விஞ்ஞானிகள் மேற்கொண்டு வருகின்றனர். புதிய புதிய ஆச்சரியமான விஷயங்களை உலகுக்கு அறிவித்தபடியே உள்ளனர். இதில் மிக முக்கிய ஆச்சரியம் என்பது குவாண்டம் அறிவியல் துறையும் மெட்டாபிஸிக்ஸ் என்கிற பிரிவும் கொண்டுவந்தது. இப்பிரபஞ்சம் முழுக்க ஆற்றலின் துடிப்பால் இயங்கிக் கொண்டிருக்கிறது என்றும், அணுவையும் பிளந்து உள்ளே சென்று பார்த்தால் அவற்றையும் உருவாக்கிய "துகள்" இருப்பதாகவும் அவற்றின் கூட்டமைப்பே உலகில் காணப்படும் யாவும் என்று தாம் கண்டறிந்ததை சொல்கின்றனர். இந்த துகள்களின் கூட்டமைப்பு இயல்பிலேயே ஈர்ப்பு (Gravity) பெற்றிருப்பதாகவும், அதனதன் தன்மைக்கு ஏற்றவாறு, ஒன்றோடொன்று இணைகின்றன என்பதையும் கண்டுபிடித்துள்ளனர்.

விஞ்ஞானிகள் இப்போதுதான் இதனை கண்டறிகின்றனர் என்றாலும் மெய்ஞானிகள் இதனை எப்போதோ அறிந்து கொண்டனர். யோகிகளும் ரிஷிகளும் மற்றும் பல ஞானவிற்பன்னர்களும் இருத்தலான

இறை "தெய்வீகத் துகளாக", "ஆற்றலின் வடிவமாக" எங்கும் வியாபித்திருந்ததையும், பிரபஞ்ச தோற்றமுழுக் கும் காரணமாக அமைந்திருப்பதை ஞானத்தேடலால் உணர்ந்து அவை மற்றவருக்கும் பயன்படும்விதமாக பலவிதமாக எடுத்துக் கூறினர். இதை நாம் ஏற்கனவே இருப்பும் ஆற்றலும் பகுதியில் பார்த்து விட்டோம்.

இப்பகுதியில் இணைப்பாக அருட்தந்தை வேதாத் திரி மகரிஷி அவர்கள் இதை பிரம்ம ஞானம் எனும் புத்த கத்தில் சொல்லியிருப்பதை தந்திருக்கிறேன். அது உங் களுக்கு ஒரு தெளிவைத் தரும்.

எங்கும் இருப்பாகவும் ஆற்றலாகவும் நிறைந்திருக் கும் இதற்கு நாம் நமது அடுத்து வரும் புரிதலுக் காக "தெய்வீக துகள்கள்" என்று பெயரிட்டுக் கொள் வோம். வேறு எதுவும் பெயர் உங்களுக்கு தோன்றினா லும் நீங்கள் வைத்துக் கொள்ளுங்கள். காரணம் பெயர் முக்கியமல்ல. என்ன நடக்கிறது என்ற புரிதலே முக் கியம். பிரபஞ்சத்தில் இருக்கும் இந்த "தெய்வீகத்து கள்கள்" (விண் துகள்கள்) தனது ஆற்றலாக (energy), ஆற்றல் அலைகளாக எங்கும் செயல்பட்டுக் கொண்டி ருக்கிறது. பிரபஞ்சத்தில் உள்ள இந்த தெய்வீகத் துகள் கள் அதனதன் ஆற்றல் அலைவரிசைகளுக்கு ஏற்றார் போல அதிர்ந்து கொண்டு இருக்கின்றன; பிரபஞ்சம் முழுதும் ஒரு அலைஇயக்கத்தை (waves) ஏற்படுத் திக் கொண்டு இருக்கின்றன. அதிர்வலைகள் என்று வந்து விட்டாலே அவற்றை அவற்றின் தன்மைக்கு ஏற் றவாறு "அலைவரிசை (frequency)" வைத்து கணக்கிடு கிறோம்.

எப்போதும் எல்லா ஈர்ப்பு விதி புத்தகங்களி லும் சொல்லப்பட்டிருக்கும் ஒரு உவமையை எடுத்துக் கொள்ளலாம். பிரபஞ்சம் என்பது ஒரு டிவி ஸ்டேஷ னைப் போன்றது.எப்போதும் ஏதாவது ஒன்றை ஒளிப ரப்பிக்கொண்டே தான் இருக்கிறது. தெய்வீகத்துகள் கள் தமது ஆற்றல் அலைகளால் ஏற்படுத்திக் கொண்

டிருக்கும் அலைஇயக்கம் தான் அந்த ஸ்டேஷனில் இருந்து நமக்கு கிடைக்கும் பதிவுகள். எப்படி டிவியில் இந்த சேனல்தான் வேண்டும் என்று நாம் ரிமோட்டை கொண்டு மாற்றுகிறோம். அந்த நேரத்தில் அந்த சான லுக்கான பதிவுகள் பெறப்பட்டு நமது டிவியில் காட் சிகளாக விரிகின்றன. நமக்கு வேண்டியதை நம்மால் காண முடிகிறது. அந்த ட்யூனிங்கைதான் நாம் அலைவ ரிசை(frequency) என்கிறோம்.

என்ன நடக்கிறது நாம் ட்யூன் செய்தவுடன் சாட் டிலைட்டோடு நமது டிவியின் சாட்டிலைட் ஆண் டென்னா அதிர்வலைகளாக தொடர்பு கொள்கிறது. அந்த குறிப்பிட்ட அலைவரிசையை டிவி ஸ்டேஷனின் செயற்கைகோளிலிருந்து மறுபக்க அதிர்வலைகளாக பெற்று மீண்டும் டிவிக்கு ஆண்டென்னா அனுப்பி வைக் கிறது. இங்கு மனம் என்பது டிவி அல்ல. என்ன வேண் டுமோ அதனை பிரபஞ்ச ஸ்டேஷனுக்கு தெரிவிக்கும் ஒரு ஆண்டென்னா. இதை நாம் தெளிவுப்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும். நாம் நமக்கு என்ன வேண்டும் என்பதை மனத்தை கொண்டே இயக்குகிறோம், பிர பஞ்ச ஸ்டேஷனுக்கு தெரிவிக்கிறோம். மீண்டும் இது நம் கண்முன் காட்சிகளாக விரிகிறது என்பதை மனம் மூலமாகவே உணர்கிறோம்.

உணர்வின் மொழி பேசுவோம்

நாம் நம் மனதின் மூலமாக உணர்வு அலைகளாக பிரபஞ்சத்திற்கு நமக்கு வேண்டியதை சொல்கிறோம். அந்த அலைவரிசைக்கு ஏற்றார் போல் பிரபஞ்ச ஸ்டே ஷனில் இருந்து தக்க ஒளிபரப்பு நமக்கு மீண்டும் அனுப்பி வைக்கப்படுகிறது. என்ன வேண்டும் என்று நீங்கள் கேட்பதை பொறுத்துதான் உங்களுக்கு தரப்ப டும். எப்படி கேட்க வேண்டும் கணிப்பொறியிலோ உங் கள் கையிலிருக்கும் ஸ்மார்ட்ஃபோனிலோ உங்களுக்கு

படங்கள் தெரிகிறது, எழுத்துக்கள் தெரிகிறது என்றால் கூட உள்ளிருக்கும் மெஷினுக்கு 0 மற்றும் 1 என்ற பைனரி மொழிதான் தெரியும். நீங்கள் கேட்பதை அந்த மொழியில் அதற்கு தெரிவித்தால் மட்டுமே உங்களுக்கு மீண்டும் உங்களுக்கு தேவையானவை தேவையான வகையில் எழுத்துக்களாகவோ, படங்களாகவோ விரியும். இந்த இயந்திரங்களில் "இண்டர்ப்ரெட்டர்" எனப்படும் நம் மொழியை கணினி மொழியாக மாற்றும் அமைப்புகள் இருக்கும். அதே போல பிரபஞ்ச ஸ்டேஷனுக்கு இதுதான் வேண்டும் என்று கேட்கும் போது அதற்கான மொழியில் நாம் தான் அதற்கு சொல்லவேண்டும். உள்ளீடும் நாம் தான் கொடுக்க வேண்டும். மனம் இங்கு உணர்வுகள் எனும் இண்டர்ப்ரெட்டர் மூலமாக அதிர்வலைகளாக மாறி, பிரபஞ்சத்தின் மொழி பேசும்.

நமது மனம் தவறான உணர்வலைகளை வெளியிட்டாலும் அதற்கு தக்கவாறு பதில் கிடைக்கும். வேண்டாத சானல்களை நாம் ட்யூன் செய்வதை போல. அதனால் தான் எப்போதும் உயர்ந்த ஆற்றல் அலைகளை கொண்ட உணர்வுகளை நாம் எப்போதும் கொண்டிருக்க வேண்டும் என்று சொல்கிறோம்.

எண்ணங்களும் உணர்வலைகளும்

நமது எண்ணங்களுக்கும் உணர்வலைகளுக்கும் தொடர்பு உண்டு. எண்ணங்கள்தான் நமக்கு உணர்ச்சியை ஏற்படுத்துகின்றன, அல்லவா எந்த ஒரு நிகழ்வுக்கும் எண்ணமற்று இருப்பவரை "சொரணையற்றவர்" என்று இதனாலேதான் சொல்கிறோம். உண்மையில் ஒவ்வொரு எண்ணமும் பிரபஞ்சத்தில் தெய்வீக துகள்களில் அதன் ஆற்றலால் மாற்றத்தை ஏற்படுத்துகிறது. மனதில் தோன்றும் எண்ணமானது நமக்கு உணர்ச்சிகளாக வெளிப்படுகிறது. உணர்ச்சி வெளிப்படுவது இப்பிரபஞ்சத்தில் அதிர்வலைகளை உண்டாக்குகிறது.

அந்த அதிர்வலைகளுக்கு இயல்பிலேயே அலைவரிசைகள் இருக்கும். அந்த அலைவரிசைக்கு தகுந்தாற்போல பொருட்களை, நிகழ்ச்சிகளை, ஆட்களை நாம் ஈர்த்து பெறுகிறோம். நம் வாழ்க்கை ஒரு டிவி பெட்டி என்று வைத்துக் கொண்டால், அங்கு நாம் பெற்ற விஷயங்களுக்கு ஏற்றார்போல் காட்சிகள் விரிகின்றன.

நீங்கள் கவனத்தில் கொள்ள வேண்டிய சில விஷயங்கள்:

- அதிக ஆற்றல் மிக்க உணர்வலைகள் நேர்மறை(positive) அனுபவங்களுக்கு வழிவகுக்கும்.
- குறைந்த ஆற்றலுடைய உணர்வலைகள் எதிர்மறை (negative)களை ஈர்க்கும்.
- ஒன்றும் செய்யாமல் கவனம் எப்போதும் திசைதிரும்புவது என்பது பிரபஞ்சத்தோடு உங்களுக்கு இருக்கும் இணைப்பை துண்டிக்கும்.
- துண்டிக்கப்பட்ட இணைப்பு அவ்வப்போது உள்ளுணர்வின் இயக்கத்தினால் மீண்டும் மனமெனும் டிரான்ஸ்மிட்டரை ஆக்டிவேட் செய்து மீண்டும் உங்களை சக்தியோட்ட பாதையில் இணைய வைக்கும். (இதைப் பற்றி பின்வரும் பகுதிகளில் பார்க்கலாம்)

இது அத்தனைக்கும் அடிப்படையாக மனமும், அதன் அதிர்வலை இயக்கமும் தான் எப்போதும் இருந்து கொண்டே இருக்கிறது. இதனை புரிந்து கொள்வது இப்புத்தகத்தில் இனிவரும் பகுதிகளைப் புரிந்து கொள்வதை எளிதாக்கும்.

வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்களின் பிரம்ம ஞான விளக்கம்

அனைத்தியக்க அருட்பேராற்றல் - *UNIFIED FORCE*

- அருட்தந்தை வேதாத்திரி மகரிஷி

மனித மனத்திற்கு ஒன்றுமே இல்லாத சுத்தவெளியாகவும், எங்கும் நீக்கமற நிறைந்ததாகவும், எல்லையற்ற விரிவுடையதாகவும் உள்ள இறைவெளிதான் அனைத்தியக்க அருட்பேராற்றலாகும். இதனை பிரம்மம் என்று வடமொழி அறிஞர்களும், தெய்வம் என்று தமிழ்மொழி அறிஞர்களும் கூறுகின்றனர்.

புலன் கவர்ச்சி இயக்கங்களால் குறுகி எல்லைக் கட்டிக் கொண்டு பழகிவிட்ட மனித மனத்திற்கு, எல்லையற்ற சுத்தவெளியாகவும், உண்மையில் தன்னிறுக்கச் சூழ்ந்தழுத்தும் பேராற்றலாகவும், எப்போதும் எல்லா இடங்களிலும், எல்லா பொருட்களிலும், ஊடுருவி அனைத்தையும் தன்

னில் இணைத்துக் கொண்டு எங்கும் நீக்கமற நிறைந்தும் உள்ள இணையற்ற ஒரே பொருள்தான் அனைத்தியக்க அருட்பேராற்றல் எனும் தெய்வம் ஆகும்.

ஆதி நிலையான பிரம்மம் எனும் பெருவெளி தான் எல்லாம் வல்ல கும்மிருட்டுக் கரும்பொரு ளாக உள்ளது. அது தனது ஈர்ப்பு ஆற்றலான தன் னிறுக்க அழுத்தத்தால் தானே சுருங்கித் திணிவு பெற்று, அந்த திணிவு மிகும் போது, அது விரி வடையும் நிகழ்ச்சியே விண் எனும் நுண்ணணு வாகும். இந்த நுண்ணணுவை சுற்றிலும் அமைந் துள்ள இறைவெளியின் இடைவிடாத சூழ்ந்த ழுத்தத்தால், இந்த நுண்விண், கணக்கிடமுடி யாத விரைவோடு தற்சுழற்சி பெறுகின்றது. இவ் வாறு விரைவாக சுழலும் நுண்விண்ணை சுற்றிலும் என்ன இருக்கிறதுஇருப்பு நிலையாகிய இறைவெ ளிதானே! விண்ணின் சுழற்சி - இறைவெளியில் உரசும் போது, அவ்வெளியில் இருந்து ஆயிர மாயிரமாக சிற்றலைகள் எழுகின்றன. இவ்வலை கள் யாவும் இறைவெளியின் சூழ்ந்தழுத்தத்தால் கோளவடிவம் பெற்று சூழ்ந்தியங்கிக் கொண்டிருக் கின்றன.

இந்த இடத்தில்தான் நாம் ஆழ்ந்து சிந்தித்து ஒரு உண்மையை மனதில் பொருத்திக் கொள்ள வேண்டும். நுண்ணணு எனும் நிலையில் இரண்டு வகை உள்ளன. ஒன்று - இறைவெளியின் தன் னிறுக்க அழுத்தத்தால் தானே மடிப்புற்று, அத னுடைய சூழ்ந்தழுத்தத்தால் விரைவாக சுழன்று கொண்டிருக்கும் ஆற்றல் மிகுந்த நுண்விண். இதனை முதல் வகை விண் என்று கூறுகிறோம். நமது CUFA விஞ்ஞான குழுவினர் இவ்விண் ணிற்கு வேதான் (Vethon Particles) என்று பெய ரிட்டுள்ளனர். இரண்டாவது வகை விண்ணோ, ஆற்றலில் குறைவாக உள்ள ஒன்றாகும். முதல்

விண்ணானது, தன் சுழற்சி விரைவால், இறை வெளியில் உரசும் போது உண்டாகும் சிற்றலை கள் - இரண்டாவது வகை விண் ஆகும். இவை யும் இறைவெளியின் சூழ்ந்தழுத்தத்தால் கோள வடிவமாக்கப் படுகின்றன; சுழற்சியும் உடையதா கின்றன. எனினும், ஆற்றல் மிகுந்த முதல் விண் (வேதான்) இறைவெளியில் சூழ்ந்தழுத்தும் ஆற்ற லைத் தாங்கிக் கொண்டு நிலைகுலையாதிருக்கி றது. இதனால் நீண்ட காலம் தொடர்ந்து இயங்கக் கூடியதாகின்றது. இரண்டாவது வகை விண்ணோ, ஆற்றலில் குறைந்திருப்பதால், இறைவெளியின் சூழ்ந்தழுத்தும் பேராற்றலைத் தாங்கிக் கொள்ள முடியாமல், தனது சுழல் விரைவு குறைந்து, குறு கிய காலத்தில் இறைவெளியில் கரைந்து விடு கிறது. அது கரையும் எல்லை வரையில் இறை வெளியைக் காந்த களமாக்குகிறது. இக்காந்த களத்தில், இறைவெளியானது - ஈர்ப்பு ஆற்றலா கவும், கரைந்துபடும் சிற்றலைகள் தள்ளும் ஆற் றலாகவும், இரட்டை ஆற்றல் தத்துவமாக அமை கின்றது. இங்குக் கூறப்படும் இரண்டாம் நிலை விண் குறுகிய காலத்தில் தனது நிலை குலைந்து, தனது மூல நிலையாகிய இறைவெளியில் கரைந்து கொண்டே இருப்பதால், இதனைத் துணைவிண் என்றும், நிழல் விண் என்றும் கூறுகிறோம். இந்த நிழல் விண்ணை முதல் வகை விண்ணில் இருந்து எளிதில் வேறுபடுத்தி உணர்வதற்காக இதற்கு 'யோகான் (Yogon)' என்று பெயரிட்டிருக்கிறேன்.

முதல் வகை விண்கள் (vethon particles) ஒன்று கூடினால், அவை ஒரு உருவமாக வடிவமைத்துக் கொள்ளும். இரண்டாவது வகைத் துணை விண்க ளான யோகான் (Yogon Particles) ஒன்று கூடினால், காந்த ஆற்றலின் திணிவுதான் அதிகமாகும்.

பஞ்சபூதங்கள், பஞ்சதன்மாத்திரைகள்

பேரியக்க மண்டலத்தில் நாம் கோடிக்கணக்கான எண்ணற்கரிய தோற்றங்களைப் பார்க்கின்றோம். அவை அனைத்தும் ஒன்றிலிருந்து மற்றது மூன்று வகையில் வேறுபட்டிருக்கின்றன. அவை:

1. திணிவு

2. பருமன்

3. குணம்

இவை எவ்வாறுஅமைகின்றன என ஆராய்வோம்.

தோற்றங்கள் அனைத்தும் விண்துகள் கூட்டம் என்பதை அறிவோம். விண் என்றால் - கோளவடி வமும், தற்சுழற்சியும், புலன் காட்சிக்கு எட்டாத மிக நுண்ணிய பருமனும் உடையதாகும். இம்மூன்று தன்மைகளும் அருட்பேராற்றலான இறைவெளி யின் தன்னிறுக்கச் சூழ்ந்தழுத்தத்தால் உருவான வையே. வேதான் எனும் நுண்விண்களால் தான் உருவங்கள் உண்டாகின்றன என்பதை முன்னமே விளக்கியிருக்கிறேன். வேதான் எனும் முதல் வகை விண் ஆற்றல் மிக்கதாக இருந்த போதிலும், அது தோன்றும் போதிருந்த சுழல் விரைவு எப் போதும் இருக்காது. இறைவெளியின் சூழ்ந்தழுத் தத்தாலும், விண் சுழலால் விளையும் உரசலாலும், சிறுக சிறுக அதன் சுழற்சி விரைவு குறையும். இவ் வாறு சுழற்சி விரைவு குறையும் அளவிற்கேற்ப மற்ற விண்கள் நெருங்கி வந்து இயங்குகின்றன. விண் களின் நெருக்கத்திற்கேற்ப, அவற்றின் இடையே உள்ள இறைவெளியின் அளவு குறைகிறது. இத் தகைய நிகழ்ச்சியில் விண் துகள்கள், இறை வெளி இரண்டின் விகிதாச்சாரத்திற்கேற்ப விண் கூட்ட இயக்க களங்களில் திணிவு வேறுபடுகின் றன. இந்த வேறுபாடுகளை, அவற்றிற்கிடையே காந்த ஆற்றலானது தன்மாற்றம் பெறும் தன்மைக

ளைக் கொண்டு ஐவகையாக முற்கால பேரறிஞர் கள் பிரித்துள்ளார்கள். அவை:

1. விண் களம்

2. காற்றுக் களம்

3. அழுத்தக் காற்று (அல்லது) சுடர் களம்

4. நீர்

5. கெட்டி பொருள்

'வேதான்' எனும் முதல்வகை விண்ணிலிருந்து தோன்றும் யோகான் எனும் காந்தம், மேலே விளக் கிய பஞ்சபூதங்களில், விண்களத்தில் - அழுத்தமா கவும், காற்றுக் களத்தில் - ஒலியாகவும், சுடர் களத் தில் - சூடு அல்லது ஒளி அல்லது வெளிச்சமாக வும், நீரில் - சுவையாகவும், கெட்டி பொருட்களில் - மணமாகவும் தன்மாற்றம் அடைகின்றது.

எனவே, வேதானின் சுழற்சி விரைவுக்கேற்ப திணி வும், பருமனும் உண்டாகின்றன. அவற்றின் ஊடே யோகான் எனும் காந்தம் அடையும் தன்மாற்றங் களுக்கேற்ப குணங்கள் உண்டாகின்றன. காந்தம அதன் அழுத்தம் என்ற நிலையில் 'வான்காந்தம்' என்றும், அதன் ஒலி, ஒளி மாற்றங்களின் போது 'மின்சக்தி' என்றும் கூறப்படுகின்றது. சுவை, மணம் ஆகிய இரண்டு மாற்றங்களின் போது 'இரசாய னம்' எனக் கொள்ளப்படுகின்றது. பஞ்சபூதக் கல வைகளாலும், அவற்றிற்கேற்ப காந்த ஆற்றல் கல வைகளாலும், பேரியக்க மண்டலத்தில் எண்ணி றந்த வேறுபாடுகளைக் கொண்ட தோற்றங்களைக் காண்கிறோம்.

மனித இனத்தில், காலத்திற்கு காலம் சிந்தனை யாற்றல் வளர்ந்து கொண்டிருக்கின்றது. இக்கால விஞ்ஞான அறிவும், மனிதனுக்கு இயற்கையை, இறைநிலையென்னும் பேராதாரமான பிரம்மத்தை உணர்ந்து கொள்ள பேருதவியாக உள்ளது. இந்த சூழ்நிலையில் மனிதன் எல்லாம் வல்ல பேராதார ஆற்றல் - மறைபொருள் - இறைவெளியே என்ற உண்மையை உணர்ந்து கொண்டால், அதைத் தொடர்ந்து இரண்டாவது மறைபொருளான நுண்-விண்ணையும், அதிலிருந்து விளையும் துணை விண்ணையும் காந்தமாகவும் எளிதாக உணர்ந்து கொள்ள முடியும். முடிவாக காந்தம் எனும் மறை பொருளின் உச்சகட்டமாக இயங்கும் மனம் எனும் புதினமும் விளங்கிவிடும். இந்த விளக்கங்களே இயற்கையின் சரித்திரமாகும். இதனை முழுமை யாக உணர்வதே பிரம்ம ஞானமாகும்.

உண்மையில் பிரம்ம ஞானம் என்பது சிந்தனை யாற்றல் பெற்ற மனித மனத்திற்கு மிக எளிதா னது; ஆயினும் மிகவும் மதிப்புடையது; அவசியமா னது. இயற்கையை அதன் ஆதிநிலையான இறை வெளியிலிருந்து மனித மனம் வரையில் அறிந்து கொள்ளும் சுயசரித்திரம் தான் பிரம்மஞானம்.

ஏன் புரிதல் ஏற்படுவதில்லை

கடந்த அத்தியாயத்தில் இணைப்பாக வேதாத்திரி மகரிஷி ஐயாவின் பிரம்மஞானம் பகுதியின் அறிமுக உரையை இணைத்திருந்தேன். அவர் எழுதியதில் இருந்து ஒரு வார்த்தை கூட பிசகவில்லை. இதில் இருந்து நமக்கு சில முக்கிய விஷயங்கள் புரிய வந்திருக்கும்.

அதாவது பிரபஞ்சத்தின் இருப்பு நிலை இயக்க நிலையாவது எப்படி. மெய்ஞானத்தில் அதனை எப்படி பார்க்கிறார்கள், அலைஇயக்கம் விஞ்ஞானத்தில் சொன்னபடியே அங்கும் சொல்லப்படுகிறதா, ஈர்ப்பு ஆற்றல் இறைநிலையில் இருக்கிறதா, உண்மையில் இறைநிலை எப்படி பஞ்சபூதங்களாகவும், பஞ்ச தன் மாத்திரைகளாகவும் திரிவு பெற்று இறுதியில் அவற்றின் கடைசி அலை இயக்கமாகிய மனமாக பரிணாமம் பெறுகின்றது என்பதை ஐயா அவர்கள் விளக்கத்தால் புரிந்திருக்கும். மேலும் புரிதல் வேண்டுமெனில் நீங்கள் அருகில் உள்ள மனவளக்கலை மன்றங்களைத் தான் தொடர்பு கொள்ள வேண்டும். அவர்களிடம் ஒவ்வொரு அகத்தாய்வு பயிற்சியாக இவை அனைத்தையும் கற்று

பிறகு பிரம்ம ஞான பயிற்சியும் பெறும் போது இதன் விளக்கம் பரிபூரணமாக உங்களுக்கு கிடைக்கும்.

ஏன் பிரம்ம ஞான விளக்கம் எல்லோருக்கும் நேரடியாக கிடைப்பதில்லை என்று அவரே விளக்குகிறார்.

அனைத்தியக்க அருட்பேராற்றலான இறைநிலை - பிரம்மம்,

அதிலிருந்து தோன்றிய விண்,

விண் சுழலிருந்து தோன்றிய காந்தம்,

காந்தத் தன்மாற்றங்களாகிய அழுத்தம், ஒலி, ஒளி, சுவை, மணம் - இவற்றின் கடைசி அலை இயக்கமாகிய மனம்.

இவையனைத்தும் மறை பொருட்கள். இவை இல்லையென்று மறுத்துக் கூற முடியாது. இவ்வாறு உள்ளன என்று புலனறிவுக்கு எடுத்துக் காட்டவும்முடியாது. ஆயினும் இவற்றை அறிவதற்காகவே ஆறாவது அறிவு எனும் சிந்தனையாற்றல் மனிதனிடம் அமைந்திருக்கிறது. ஐந்து புலன்கள் மூலம் தோற்றப் பொருட்களை உணர்வது ஐயறிவு. புலன்கள் மூலம் உணரப்பெறும் பொருட்களுக்கு மூலமான மனம், காந்தம், விண், மெய்ப்பொருள் இவற்றை உணரக்கூடிய அறிவுதான் ஆறாவது அறிவு. புலன்களால் பொருட்களை உணரும் போது மன அலைச்சுழல் மிகவும் விரைவாக இயங்குகிறது. அந்த விரைவு நிலையில் மறை பொருட்கள் விளங்கா. மன அலைச்சுழல் விரைவை அகத்தவ சாதனையால் குறைத்து, அந்த நுண்ணிய நிலையில்தான் மறை பொருட்களை உணர முடியும்.

இந்த விளக்கத்தில் தான் இறை எனும் மூலத்தை, இறை பேராற்றலை அது மனமாக பரிணாமம் அடைந்ததை முழுமையாக புரிந்து கொள்ள நம் சராசரி தினசரி வாழ்க்கையில் வாய்ப்புக்கள் அமையாது என்பதால் அகத்தவம் வேண்டும் அல்லது தியானம் வேண்டும் என்று சொல்லியிருக்கிறார்கள். நம்மில் பலரும் ஏன்

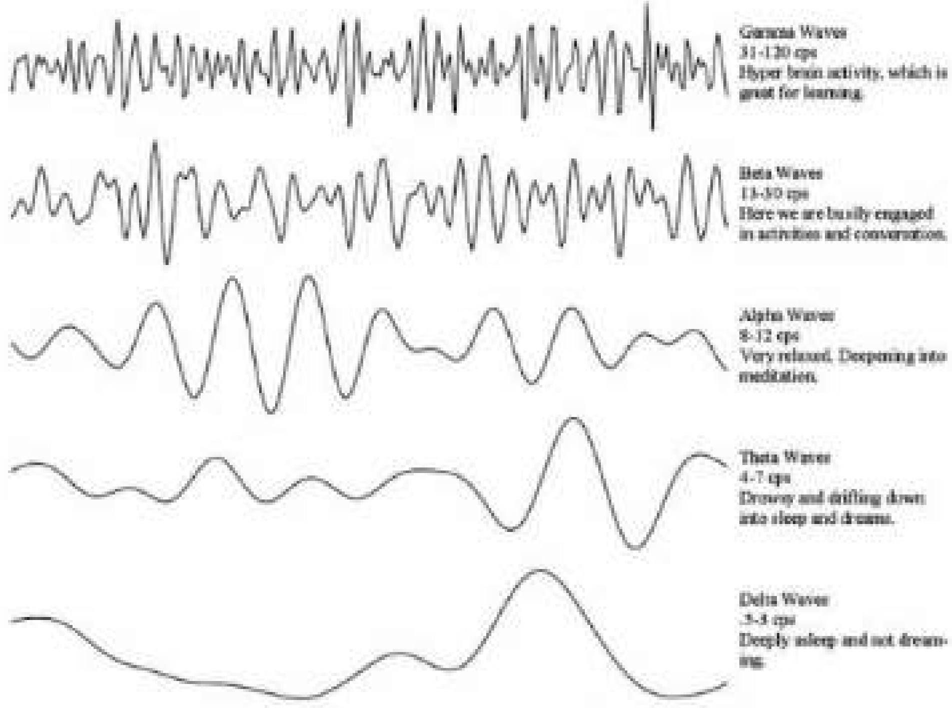
இந்த தியானம் செய்கிறோம் என்று கூட தெரியாமல் தான் இன்னமும் செய்து கொண்டிருக்கிறோம்.

மன அலைச்சுழல் ஒரு சிறிய விளக்கம்

இருதயம் சீராக இயங்கிக் கொண்டிருக்கிறதா என்று பரிசோதிக்க நாம் ஈ.சி.ஜி எடுத்து பார்ப்போம். அதே போல மனக்கோளாறுகளுக்கு ஈ.ஈ.ஜி என்று ஒன்றை எடுக்க சொல்லியிருப்பார்கள். இது மூளையில் ஏற்ப டும் மன-அலைச் சுழலை கண்காணித்து நமக்கு பதிவு எடுத்து தரும் ஒரு கருவி. நாம் சராசரியாக நம் தினசரி வாழ்க்கையில் மிகுந்த பரபரப்பாக ஓடிக் கொண்டிருப் போம். நமது ஈ.ஈ.ஜி. மேலும் கீழுமாக பல ஏற்ற இறக் கங்களுடன் தாறுமாறாக இருக்க வாய்ப்பு இருக்கிறது. அப்படி இருப்பவர்களுக்கு மனம் படபடப்புடன் சீராக இல்லை என்று அர்த்தம். அந்த நிலையில் நம் நிலையே நமக்கு புரியாது. இதில் இறைநிலை போன்ற மறைபொ ருட்களை எங்கிருந்து புரிந்து கொள்வது. அடேயப்பா.

ஆனால் தன் மனத்தை சீராக வைத்துக் கொள்ள பயிற்சிகள் செய்து வருபவரின் ஈ.ஈ.ஜி. பதிவு எடுத்து பார்த்தால் சீராக இயங்குவதும், மன-அலைச்சுழல் நன் றாக இருப்பதையும் நம்மால் காணமுடியும்.

மன அலைச்சுழலை கணக்கிட அளவைகள் வைத் திருக்கின்றனர். அதில் சராசரி மனிதன் தினசரி பீட்டா நிலையில் இருக்கிறான். அந்த நிலை ஒரு பதட்ட நிலையாகும். மனம் ஏதாவது ஒன்றிற்கு ஓடிக் கொண் டிருக்கும். அதுவே தியான பயிற்சியோ அல்லது வேறு எதுவும் மனதிற்கான பயிற்சியோ செய்து கொண்டிருப் பவனுக்கு ஆல்ஃபா அல்லது இன்னும் மேலே போய் டெல்டா அல்லது தீட்டா வரையில் கூட போக வாய்ப்பு கள் உள்ளது. இதை சரியாக புரிந்து கொள்ள இதற்காக இணைத்திருக்கும் படத்தில் காண்க.



குழந்தைகள் ஏன் வெகுசுலபமாக ஒரு விஷயத்தை கற்றுக் கொள்வதும், ஏடுகள் இல்லாமல் ஒரு மொழியை கற்றுக்கொள்வதும் எப்படி என்றால் அதற்கு காரணம் அவற்றின் மன-அலைச்சுழல் சீராக ஆல்ஃபா நிலையில் இருக்கும். தான் பார்க்கும், தான் கேட்கும் எல்லாம் அதன் ஆழ்மனதில் உடனே சென்று பதியும். இன்னொரு ஆச்சரியமான விஷயமும் இருக்கிறது. பிறந்து சில மாதங்களே ஆன குழந்தைகள் திடீரென்று விட்டத்தை பார்த்து சிரிப்பதை நாம் கவனித்து இருப்போம். யாருமே இல்லாத இடத்தில் யாரை பார்த்து சிரிக்கிறது என்று நாம் வியந்திருப்போம். பெரியவர்கள், "சாமி தான் வந்து சிரிப்பூட்டுகிறார்" என்பார்கள். அதைத் தெளிவாக நம் பாஷையில் புரிந்து கொள்வோம். அந்த குழந்தையின் மன அலைச்சுழல் நம்மால் உணர்ந்து கொள்ள முடியாத அலைவரிசையில் இருப்பதால் இறைநிலையை உணர்ந்து பரவசமடைகிறது என்று புரிந்து கொள்ளலாம்.

குழந்தை போல மனநிலை பெறுவது என்று மேலிடையாக பேசாமல் அதன் சூட்சுமத்தை அணுகினால் இறுதியில் இதுவே பதிலாக வரும்.

இந்த பிரம்ம ஞானத்திற்கும் நாம் பேசி வருவதற்கும் என்ன சம்பந்தம்

இறைநிலை எனும் மூலத்தை குறித்தும், ஆற்றல் எனும் சக்தியை குறித்தும் ஏற்கனவே கண்டோம். இருந்தாலும் அவற்றை முழுமையாக புரிந்து கொள்ள நமக்கு பிரபஞ்ச பரிணாமம் குறித்து யோசித்துப் பார்க்க வேண்டியுள்ளது. விஞ்ஞானிகள் கூறி வரும் குவாண்டம் தியரி ஆகட்டும், மெய்ஞான விளக்கம் ஆகட்டும் ஒரே ரீதியில் ஒரே உண்மையைதான் சொல்கிறது என்று நமக்கு புரியும் பட்சத்தில், அண்டத்தில் உள்ளதே பிண்டத்தில் உள்ளது, பிண்டத்தில் உள்ளதே அண்டத்தில் உள்ளது என்பதை தெளிவாக உணரும் பட்சத்தில் ஒரு இணைப்படைப்பாளியாக உருவெடுக்கிறோம்.

ஈர்ப்பு விதி, பிரபஞ்ச விதிகள், ஆழ்மனம் மற்றும் ஆழ்மனப்பயிற்சிகள் என்று எத்தனையோ பேசினாலும் அதன் அடிப்படை அடிஸ்தான புரிதலே நமக்கு இந்த விஷயங்களைக் கையாள்வதை எளிமையாக்கி விடும். உதாரணத்திற்கு மனம் எப்படி பரிணாமம் பெற்றது என்பதற்கு விளக்கம் பெற்றுவிட்டால், ஆழ்மனம் எப்படி செயல்படுகிறது என்பது புரிந்து விடும். சரி ஆழ்மனம் நம் விருப்பங்களை எங்கிருந்து பொருட்களாக பெறுகிறது என்பதற்கு வான்காந்தம், ஜீவகாந்தம், மற்றும் இறைநிலையின் ஈர்ப்பு இவற்றை புரிந்து கொண்டால் தெரிந்துவிடும். ஆழ்மனப்பயிற்சிகளான சுயப்பிரகடனங்கள், அகக்காட்சிப் படைப்பு என்பது எல்லாம் மனத்தில் எண்ணங்களை விதைப்பவை, அந்த எண்ணங்கள் பொருட்களாக பரிணமிக்க வேண்டும் என்றால் இந்த புரிதல் அவசியம்தானே.

மீண்டும் மகரிஷி ஐயாவின் வார்த்தைகளையே மேற்கோள் காட்டுகிறேன்.

> "அனைத்தியக்க அருட்பேராற்றல் தன்னிறுக்கச் சூழ்ந்தழுத்தும் ஒரு பேராற்றல் என்றும், அதுவே இறைவெளியென்றும் உணர்ந்து கொண்டால், அதிலிருந்து எழும் வேதான் எனும் முதல்வகை

நுண்விண்ணும், வேதான் சுழற்சியால் வெளியா கும் யோகான் எனும் காந்தமும், காந்தத்தின் தன் மாற்றங்களான அழுத்தம் முதல் மனம் வரையி லான அலை இயக்கங்களையும் எளிதில் உணர லாம். அந்த மனநிலையில் மனம், காந்தம், நுண் விண், இறைவெளி அனைத்தும் ஒன்றுக்கு மற்றது மூலமாக அனைத்துமே பரிணாமத்தில் ஒரே கோர் வையாக உள்ளது விளங்கிவிடும்.

இந்த மறைபொருட்கள் விளங்காவிட்டால், விஞ் ஞானமானாலும், மெய்ஞானமானாலும், முழுமை பெற முடியாது. பேரியக்க மண்டலத்தில் நடை பெறும் வியக்கத்தக்க அற்புத நிகழ்ச்சிகளையும், மனித உடலுக்குள் நடைபெறும் நுண்ணியக்கம், விளைவுகள் இவற்றையும் உணர்ந்து கொள்ள முடியாது.

மேற்கண்ட வாசகங்களில் குறிப்பாக சிலவற்றை கவ னிக்க வேண்டுகிறேன்.

• எல்லாவற்றையும் அலை இயக்கங்கள் என்று சொல்லி இருக்கிறார். அலை என்று வந்து விட்டாலே, அதன் அளவையான அலைவரிசை வந்து விடும்.

• அடுத்து இயக்கங்களுக்கு காரணமான காந்தத்தை குறிப்பிட்டுள்ளார். ஈர்ப்பு என்பதற்கு காந்தம் வேண்டும் என்பது அடிப்படை அறிவு. காந்தம் என்பதும் அலை இயக்கம்தான். சரியான அலைவரிசையில் ட்யூன் செய் தால், ஒத்தது ஒத்ததை ஈர்க்கும் அல்லவா

• ஒன்றுக்கு மற்றொன்று மூலமாக இருப்பதை சுட் டிக் காட்டியுள்ளார். அப்படியென்றால் இறைநிலையா னது படைப்பில் எப்படி மனம் வரை பரிணாமம் பெற் றதோ அதே போல் மனதில் இருந்தும் மீண்டும் படைப் பின் மூலத்திற்கு போக முடியும் என்பதுதான். இதற்காக

மொத்த பிரபஞ்ச ரகசியம் நமக்கு தெளிவு படும் என்பதாகாது. அந்நிலைக்கு சென்றவர் இறைத்தன்மை பெற்று அமைதி ஆகிவிடுவர். சராசரி வாழ்க்கையில் இருக்கும் நமக்கு, ஆனால் இதன் அடிப்படை புரிதலே போதும், நாம் இறைநிலையின் தன்மை பெற்ற ஆற்றல்மிக்கவர் என்று தானே விளங்கி அதுவே ஒரு பரவசத்தை ஏற்படுத்தும்.

ஏனென்றால் படைப்பு என்பது புறத்தில் இருந்து அகத்திலும், அகத்தில் இருந்து புறத்திலும் சமச்சீராக நடப்பவை. அது குறித்து சில விளக்கங்களை அடுத்த பகுதியில் பார்ப்போம்.

பிரபஞ்ச பெருவெளியில் இணைந்தால் எல்லாம் சாத்தியம்

ஆக ஆதியெனும் பரம்பொருள் மெய் எழுச்சி பெற்றதன் விளைவாகவே இப்பிரபஞ்சத் தில் உள்ள யாவும் (நாம் உட்பட) இருக் கிறோம் என்பதைத் தெளிவாக விளங்கிக் கொள்ள வேண்டும். பிரபஞ்ச தோற்றத்திற்கெல்லாம் காரண மான இறைநிலையானது இயக்க ஆற்றல் (சக்தி) பெற்று அனைத்து இயக்கத்திற்கும் காரணமாக அமை கிறது. ஆனாலும் இடையில் மனிதராகிய நாம் எப்ப டியோ இந்த இணைப்பை மறந்து விடுகிறோம். இதைப் பற்றி தெளிவாக, விரிவாக பின் வரும் பகுதிகளில் பார்ப்போம். இந்த பிரபஞ்ச மூலத்தோடு மனதளவிலும் ஆன்ம அளவிலும் மீண்டும் ஒத்திசைந்து இணைவதே நாம் செய்ய வேண்டிய முதல் தலையாய காரியம் என் பதை மட்டும் இங்கு புரிந்து கொள்ள வேண்டுகிறேன்.

"மனிதர்களாகிய நமது உடலுக்குள் ஆன்மா இல்லை. ஆன்மாதான் உடலை தான் பயணிக்கும் வாக

னமாக கொண்டுள்ளது", என்பதை நாம் புரிந்து கொள்
ளவேண்டும். நீங்கள் ஒரு மனித அனுபவத்திற்காக
தயாராகி வந்துள்ள ஒரு தூய ஆன்மா என்பதை மனதில்
எப்போதும் நினைவில் கொள்ளுங்கள். இறைநிலை
யின் தன்மை உங்களிடம் எப்போதும் குடிகொண்டுள்
ளது. பிரபஞ்ச பேராற்றலின் சக்தி உங்களிடம் உள்ளது.
இதை சரியாக புரிந்து கொள்ளும் பட்சத்தில் இறையின்
ஆனந்த தாண்டவம் உங்களுக்குள்ளும் பரவுவதை
உங்களால் காண முடியும். இது குறித்து புரிதல் பகுதி
யில் இன்னமும் விளக்கமாக பேசியுள்ளேன். அந்த முழு
மையான புரிதலுக்கு வழிவகுக்கும் சில பயிற்சிகளையும்
தந்துள்ளேன். இந்த பயிற்சிகளை, சரியாக சொன்னால்
சுயவிசாரணை பயிற்சித்தாள்களை நீங்கள் உபயோகப்
படுத்தி தன்விளக்கம் பெறும் போது "உண்மையான"
உங்களை உங்களால் அடையாளம் காண முடியும்.

இந்த சுய-அறிதலே உங்களை பல தளைகளிலி
ருந்து விடுவிக்கும். நீங்கள் பூரண சுதந்திரத்தை உணர்
வீர்கள். இந்த உணர்வு உங்கள் விருப்பம் நிறைவே
றுவதற்கு அடித்தளம். இந்த நிலையை பெரியவர்கள்
பேரானந்த நிலை என்றார்கள். எதற்கும் கவலையில்
லாத நிலை. கவலைகளையும் உட்கொண்டு அதுவும்
ஒரு காரணத்துக்காகதான் என்று ஆனந்த கூத்தாடும்
போது உங்கள் உணர்வலைகள் எவ்வளவு அதிகமான
தாக இருக்கும் என்று உங்களால் கணக்கிட முடிகிறதா
பிரபஞ்சம் உணர்வலைகளுக்குத் தான் பதிலளிக்கிறது.

பெரும்பாலும் எல்லோரும் இதுதான் முடிவு என்று
நினைக்கின்றனர். வாஸ்தவத்தில் இது தான் சிறப்
பான வாழ்க்கையின் தொடக்கமே. நாம் வாழ்க்கையை
இறைநிலையை அடைவதுதான் நோக்கம் என்ற ரீதி
யில் நகர்த்திக் கொண்டிருக்கிறோம். ஆனால் உண்மை
என்னவென்றால் நம்மோடு என்றும் இறைநிலையானது
ஒட்டி உறவாடிக் கொண்டிருக்கிறது என்பதை மறந்
தவறாக இருக்கிறோம் என்பதே. இங்கிருந்து அங்கே

அல்ல. அங்கே தான் இருக்கிறோம். அங்கே இருந்து தான் எல்லா தொடக்கமும். இது ஏதோ வார்த்தை ஜாலம் அல்ல. இதன் உண்மைத் தன்மையை கொஞ் சம் யோசித்து பாருங்கள். எங்கும் எதிலும் நிறைந்திருக் கும் பிரபஞ்ச பேராற்றலானது நம்முள்ளும் இருக்கிறது. நாம் அதனுள் இருக்கிறோம். அப்படி இருக்கும் போது போகுமிடம் வேறு ஏதேனும் இருக்கிறதா என்ன

அத்தனை ஆற்றலும் நம்மிடத்திலும் நம் பிறப்பு முதல் நம்மிடம் பகர்த்தியிருக்கிறது இப்பிரபஞ்சம். ஆனால் நாம் அது புரியாமல் தவிக்கிறோம். அதனை மறந்து நம் பயங்கள், கவலைகள், நம்மை கட்டுப்படுத்தும் அமைப் புகள், நம் குருட்டு நம்பிக்கைகள் போன்ற பல விஷ யங்களுக்கு அடிமையாக இருக்கிறோம். இதில் இருந்து வெளியே வர அவரவர் நினைத்தால் மட்டுமே முடியும்.

ஒவ்வொருவர் வாழ்விலும் இந்த பிணைப்பு அறு பட்டுள்ளது என்று பல்வேறு சூழ்நிலைகளில், பல் வேறு காலகட்டங்களில் நம்மிடம் தெரிவிக்க முயன்று கொண்டே இருக்கிறது பிரபஞ்சம். ஆனால் நாம் அந்த புரிதலுக்குள் வருவதற்கே விருப்பப்படுவதில்லை. சில பொய் கட்டமைப்புகளை மனதில் முன்னிறுத்தி, இது தான் வாழ்க்கை என்று எண்ணி வாழ்கிறோம். ஆனால் அந்த வாழ்க்கை எந்த அளவிற்கு பொய்யாக கட்டப் பட்டுள்ளதோ அந்த அளவிற்கு அதில் சிக்கல்களும் சவால்களும் நிறைந்ததாகவும் உள்ளது.

எல்லையில்லாத பிரபஞ்ச பேராற்றலின் சக்தியோடு இணைப்புள்ள நாம் அது அறியாமல் மனம் வேலி போட்ட சில குறுக்கு, குறுகிய போராட்டங்களில் நம்மை நாமே முரட்டுத் தனமாக ஈடுபடுத்திக் கொண்டு வேதனைப் பட்டுக் கொண்டிருக்கிறோம். ஆனால் நான் மேற் கூறியபடி பிரபஞ்ச பெருவெளியோடு இணைந்து நமது நிஜ-சுயத்தை உணர்ந்து கொள்ளும் போது, நம்மை கட் டுப்படுத்தும் வேலிகள் தகர்க்கப்படுகின்றன. நமது எல் லையற்ற ஆற்றலை நாம் அடையாளம் கண்டுக் கொள்

கிறோம். நாம் இது வரை வாழ்வில் வேண்டுமென நினைத்தது எத்தனை சிறுபிள்ளைத் தனமானது என்று புரிந்து கொள்கிறோம். நம் பயணம் திசைமாற தொடங்குகிறது.

இதை வாசித்துக் கொண்டிருக்கும் உங்களுக்கு இப்போது ஒருவித பயத்தோடு கூடிய சந்தேகம் எழலாம். அப்போது நான் கார் வேண்டுமென நினைத்தேனே, ஒரு நல்ல வீடு வேண்டும் என்று நினைத்தேனே, ஆடம்பரப் பயணம் வேண்டும் என்று நினைத்தேனே, இதெல்லாம் நடக்காதா என்று நீங்கள் கேட்கக்கூடும். மறந்துவிட வேண்டாம். பிரபஞ்சம் எல்லையற்ற சாத்தியக் கூறுகளின் இருப்பிடம். உங்கள் வாழ்க்கையில் புரிதல்கள் தொடங்கிய அந்த கணமே உங்களுக்கு வேண்டிய அனைத்தையும், நீங்கள் கேட்டதும் கேட்காததும், உங்களுக்காக உங்களிடம் அனுப்பத் தயாராகி விடுகிறது பிரபஞ்சம்.

என்றோ ஒரு நாள் போகும் வழியில் "இந்த மாதிரித் தான் ஒரு கார் வாங்கனும்னு நினைச்சேன்," என்று நீங்கள் ஏக்கப்பட்டிருக்கக் கூடும். உங்கள் விருப்பம் அப்போதே பிரபஞ்சத்தில் பதிவு செய்யப்பட்டது. ஆனால் உங்கள் புரிதலுக்காக பிரபஞ்சம் காத்துக் கொண்டிருக்கிறது. உங்களுக்கான புரிதல் தொடங்கியவுடன், நீங்கள் விருப்பப்பட்ட அந்த கார் உங்களுக்கு கிடைக்க என்னவெல்லாம் உங்கள் வாழ்வில் எளிமைப்படுத்த முடியுமோ அத்தனையையும் எளிமைப்படுத்திக் கொடுத்து, அந்த காரை உங்களை பெற வைக்கிறது. அதுதான் வடிவமைப்பே.

இத்தனைக்கும் நீங்கள் செய்ய வேண்டியதெல்லாம் ஒன்றே ஒன்றுதான். பிரபஞ்ச பெருவெளியின் ஓட்டத்தில் இணைய வேண்டும். அதன் போக்கோடு ஒத்திசைய வேண்டும்.

எப்படி என்று நீங்கள் கேட்பது புரிகிறது. ஏற்கனவே கூறியபடி, இப்புத்தகத்தில் ஒவ்வொரு பகுதியாக கடக்கும் போது அந்த ஒத்திசைவு தானே வரும்.

பூஜ்யமும் பூரணமும் அறிந்தது

எனக்கும் சித்த மரபை சார்ந்தவர்களுக்கும் என்ன தொடர்பு தெரியாது. எப்படியோ ஒட்டிக் கொண் டேன். சிறுவயதில் 'மர்ம தேசம்' தொடரை பார்த்த பிரமிப்பு என் மனதில் நீங்காமல் ஓடிக் கொண்டிருக்கிறது. அதே நேரத்தில் ஹாலிவுட்டின் "டாவின்சி கோட்" போன்ற படங்களும் என்னை பெரும் சிந்தனையில் ஆழ்த்தியது. மனித வர்க் கத்தின் நலனுக்காக பரிபாஷையில் பல பாடல் களைப் பாடி பல சூட்சுமங்களை உணர்த்திய பல சித்த பெருமக்களின் புத்தகங்கள் ஏற்கனவே எனது படிப்பறையை எட்டியிருந்தது.

கொச்சியில் கல்லூரியில் அனிமேஷன் பாடம் கற் பிக்கும் ஆசிரியராக இருந்த காலம் அது. "சூப் பர்நேச்சுரல்" என்று ஒரு கான்செப்டில் சீரியல்கள் தயாரிக்க எழுதிக் கொண்டிருந்தேன். ஆங்கிலத் தில் எக்ஸ் ஃபைல்ஸ் போன்று இது இருக்க வேண் டும், பலரது சிந்தனையையும் தூண்ட வேண்டும் என்பதுதான் நோக்கம். இதில் சித்தர்களின் அஷ் டமா சித்திகளைக் குறித்து பல கோணங்களை முன்வைப்பதாக திட்டம். அப்போது மனம் பல விதங்களில் யோசிக்கும். சிந்தனைகள் நிற்கவே நிற்காது.

அந்த சமயத்தில்தான், "பிரபஞ்சத் தோற்றம்" குறித்து சிந்தித்து வீதியில் நடந்து கொண்டிருந்தேன். எல்லாம் ஒன்றுமில்லாததில் இருந்து தோன்றியது, பிறகு ஏதோ ஒன்றாக உருவெடுத்தது, அதுவே இருப்பாகவும், ஆற்றலாகவும் (சிவ-சக்தி) இரண்டாக ஆனது.. என்று என் சிந்தனை ஒன்றன் பின் ஒன்றாக ஒன்று முதல் ஒன்பது வரை கணக்குகள் போட்டு விட்டது. இதை அப்படியே எழுதி வைத்துக் கொண்டேன். இதை குறித்தே அதிக சிந்தனை இருந்தது.

அப்போதுதான் எனது நண்பன் ஒருவன் என்னை தன் குரு ஒருவரிடம் அழைத்து போவதாக சொன்னான். அவர் ஒரு சித்தர் எனவும் ஆனால் ஒரு விவசாயியாக எளிமையான வாழ்க்கை வாழ்ந்து கொண்டிருப்பதாகவும் தகவல் சொன்னான். நானும் அவரை சந்திக்க கிளம்பினேன். மிகவும் எளிமையான ஓட்டு வீட்டில் வெற்றிலை பாக்கு சிவக்க வாயில் அவற்றை குதப்பிக் கொண்டு பல பாடங்களை பாடல்களாக பாடி காண்பித்தார் அவர். அவர் பாடல்களை அந்த வெண்கலக் குரலில் கேட்ட பின்னரே எனக்கு சிவவாக்கியம் எடுத்து படிக்க வேண்டும் என்று தோன்றியது.

உரையாடலின் நடுவே நான் இப்பிரபஞ்சத்தை பற்றி என்ன புரிந்து கொண்டேன் என்று சொல்ல ஆரம்பித்தேன். அவரது இயற்பெயர் வேறு எனினும் எல்லோரும் அவரை "அய்யா" என்று அழைத்தார்கள். அப்படி அழைக்காதீர்கள் என்று கோபம் கொண்ட அவர் சிறிது இறங்கி "அய்யா பிள்ளை" என்று வேண்டுமானால் அழையுங்கள் என்று இசைந்துள்ளார். சித்தர் அய்யாபிள்ளையிடம் ஏதோ எனக்கு புரிந்ததை சொல்ல ஆரம்பித்தேன்.

"அய்யா, வாழ்க்கையில் எனக்கு பல தேடல் இருக் குது. அதனால்தான் உங்கள பாக்க வந்தேன்"

கடகடவென சிரித்துக்கொண்டே எனது நண் பனிடம் "அட என்னப்பா இது. ஒண்ணுமே புரி யல. வாழ்க்கைங்கிறான். தேடல்ங்கிறான். என்ன வாழ்க்கை என்ன தேடறான். எது எங்கே இருக்கு"

என்று அவர் சொன்னது எனக்கு என்னவோ போலதான் இருந்தது. ஆனால் அதற்கடுத்த இரண்டு மூன்று மணி நேர உரையாடல் பாடல்கள் எல்லாம் வாழ்வில் எதுவும் தேடுவதற்கில்லை எல் லாமும் இங்கேயே இப்போதே உள்ளது. நிறைவாக உள்ளது என்பதை உணர்த்திற்று.

அவரிடம் "அய்யா, எனக்கு திடீர்னு ஒண்ணு தோணுச்சு. இந்த பிரபஞ்சத்தில் எல்லாமே, பூஜ் யத்துல ஒண்ணுமே இல்லாததுல ஆரம்பிச்சு ஒன் பதாக முடியுது" என்றேன்.

அவரோ, "நல்லா யோசிடா. எல்லாம் பூஜ்யத்துல ஆரம்பிச்சு பூஜ்யத்துல தான் முடியுது" என்றார்.

எனக்கு சுருக்கென்றது. வாழ்க்கை என்பதை நாம் எல்லோரும் என்னவோ நினைக்கிறோம். எதை எதையோ அடைய முயற்சி செய்கிறோம். ஆனால் புத்த மதத்திலும் கூட இந்த சூனியவாத தத்துவம் பேசப்படுகிறது. அதற்காக வாழ்க்கை எதுவுமே யில்லை என்று ஆகி விடாது. சீனாவின் லாவோத்சு

"ஒன்றுமே இல்லாததில் இருந்துதான் எல்லாம் தோன்றின. இந்த எல்லாமுமே ஒன்றுமே இல்லாத தின் தோற்றமே. எல்லாவற்றின் பிற்பாடும் மீண்டும் ஒன்றுமே இல்லாததாய் மடங்கி விடுகின்றன"

இறைவெளியானது ஒன்றுமே இல்லாத சுத்தவெளியாகத் தான் இருக்கிறது. அது திணிவு பெற்று எல்லாமுமாய் மாற....

அடடா மெய்ஞான விளக்கங்கள் பெற பெற வாழ்க்கையில் எத்தனை இன்பம் பெறுகிறது. நாமெல்லாம் அந்த இறையின் அம்சங்கள். அதைத்தான் "தத்வமஸி" என்கிற மகாவாக்கியம் "நீதான் அது" என்று விளக்குகிறது. "எது" என்பது ஒவ்வொருவரும் விளங்கிக் கொள்ள வேண்டியது.

அன்று சித்தர் அய்யா பிள்ளை அவர்களும் சொன்னது இதுதான். உலகத்தில் எல்லாம் பூரணமாய் இருக்கிறது. பூரணத்தில் இருந்து சிறிது கோரி எடுத்தாலும் அது எங்கேயும் போவதில்லை இங்கேயே கோரப்படுகிறது. இங்கேயே ஒழிக்கப்படுகிறது. பூரணம் நிலையானது.

இந்த விளக்கங்கள் எனக்கு வாழ்க்கையில் வேறு பலவிதங்களில் பயன்பட்டிருந்தாலும் ஒரு வகையில் மற்றொரு புரிதலை தந்தது. என்னுடைய் அந்த "சூப்பர்நேச்சுரல்ஸ்" சீரியல் கேள்விகளுக்கு ஒரு மிகப்பெரிய விடையை தந்திருந்தது.

"இந்த பிரபஞ்சத்தில் எல்லாமே "நேச்சுரல்"தான். இறைஆற்றலை பெற்ற எல்லோரும் எல்லாமும் அதன் ஆற்றலை பெற்றவர்கள்தான். ஆனால் அதனை அறியும் தன்மை மனிதனுக்கு மட்டுமே உண்டு. ஒரு வேளை அதனை புரிந்து கொள்பவனைத்தான் நாம் சகலமும் சித்தி பெற்றவன் சித்தன் என சொல்கிறோமோ

அறியாத ஒன்றின் மகத்துவம்

மனத்தின் தன்மை குறித்து பலரும் பேசியுள் ளனர். உளவியல் நிபுணர்கள் ஆகட்டும், தத் துவஞானிகளாகட்டும், மெய்ஞானிகளாகட் டும் அவரவர் தன்மைக்கு புரிதலுக்கு ஏற்றவாறு "மனம்" என்னும் விஷயம் குறித்து பேசியிருக்கின்றனர். எத் தனை பேர் பேசியிருந்தாலும், அதனை வித வித மாக நாம் கேட்டிருந்தாலும், மீண்டும் "மனம் என்றால் என்ன?", என்று கேள்வி கேட்கும் குணம் படைத்தவர் கள் நாம். காரணம் அதுவும் அந்த மனதின் சேட்டை தான்.

மனம் எங்கே இருக்கிறது என்று கேட்டால் யார் சொல்லும் பதிலும் சரியாக இருக்க வாய்ப்பில்லை. கார ணம் அது ஒரு பௌதீக பொருள் இல்லை, "இதோ இங்கே இருக்கிறது," என்று சுட்டிக் காட்டுவதற்கு. ஆனாலும் நாம் "மனப்பூர்வமாக" சொல்கிறேன் என்று சொல்லும்போது எங்கே கை வைத்து சொல்கிறோம்?

எங்கே சொல்லிப்பாருங்கள் பார்ப்போம்?

"என் மனசார சொல்றேன்", என்று சொல்லும் போது நம் சிந்தனையோ கையோ எங்கே தன்னால் போகி றது. நம் இதயத்தின் அருகே. ஆனால் மனம் அங்கேயா

இருக்கிறது? நன்றாக யோசித்து பாருங்கள். இதற்கு என் நண்பர் ஒருவர் சொன்ன பதில் என் கவனத்தை ஈர்த் தது. சொல்லப்போனால் இந்த சம்பாஷணையே அவர் தொடங்கி வைத்தது தான். அவர் ஒரு மருத்துவரும் கூட. அவர் சொன்னதை அப்படியே பார்ப்போம்

"உயிர் பிரிந்து விட்டது என்று நாம் எதை வைத்து சொல்லுவோம்? இதயத் துடிப்பை வைத்து அல்லவா? இதயத்துடிப்பு நின்று விட்டால் உடலியக்க நின்று உயிர்த்துடிப்பும் நின்று உயிர் பிரிந்து விட்டது என்று அர்த்தம். அப்படிப்பட்ட இதயம் துடிக்கவில்லை என் றால், மனம் என்ற ஒன்று அங்கே இருக்குமா? சிந்தனை கள் இருக்குமா? அப்போது உயிரும் இருக்கிறது, மன மும் இருக்கிறது என்று ஊர்ஜிதப்படுத்த இதயம் சீராக துடித்துக் கொண்டிருக்க வேண்டும். உயிரும், சிந்தனை களின் கூட்டான மனமும் இல்லாது ஆன பின்னர், இது வெறும் சவம்(உடல்) எனப்படுகிறது. அதனால் தான் மனம் என்று சொல்லும்போதே கை அல்லது கவனம் அங்கே போகிறது"

அவரது இந்த விளக்கத்தை கூர்ந்து கவனித்துப் பார்ப்போம். அப்போது உயிரும் மனமும் இருக்கிறது என்று சொல்ல வேண்டும் என்றால் இதயம் துடிக்க வேண்டும். இப்போது இதயமோ, உடலி உருவாகாத நேரத்தில் இந்த உயிரும் மனமும் எங்கே இருந்திருக்க வேண்டும்.

பகவத் கீதையில் கிருஷ்ண பரமாத்மா சொன்னதை நினைவில் கொள்வோம்,

"ஆன்மாவுக்கு அழிவில்லை தனஞ்செயா. உடல ழிந்தாலும் அந்த உடலினால் ஏற்பட்ட நினைவுகளும் அழிந்து விடுகிறது. ஆனால் அதை சுமந்த ஆன்மாவோ அழிவதில்லை",

பிரபஞ்சத்தின் மூலசக்தி குறித்து நாம் பேசினோம். நாம் எங்கிருந்து வந்தோமோ அங்கே தான் போகிறோம். இங்கு நாம் காணும் வடிவமைப்புகள் யாவும் நாம் காண்

பன உட்பட அதன் திட்டமே என்று கண்டோம். அதி லிருந்து சுயவேள்வியால் உருவான அனைத்தும் அதன் தன்மையே பெற்றிருக்கிறது என்று கண்டோம். அப்ப டியிருக்க அதன் நுண்ணறிவானது நம்மில் இருக்காதா என்ன? எங்கும் நீக்கமற வீற்றிருக்கும் பரம்பொருளின் பேரறிவானது நமக்குள் மனமாக உறைகிறது என்பது மட்டுமே சரியான விளக்கமாக நமக்கு அமைகிறது. இதுவே ஆன்றோர் பெருமக்கள் பலரின் விளக்கமாக காலம் காலமாக விளங்கி வருகிறது. அவர்கள் சொன் னதை நாம் விளங்கிக்கொள்வது மட்டுமில்லை.

அளவீடற்ற மனம்

பிரபஞ்ச பேரறிவின் ஒரு பகுதியாக மட்டுமே மிகுந்த நுண்ணறிவுடன் நமது மனம் இயங்கிக் கொண்டிருக்கி றது. நமது விளக்கத்திற்காக நாம் அதனை மேல்மனம், ஆழ்மனம்,சில சமயம் நடுமனம், என்று நமது தேவைக்கு தகுந்தாற்போல் பிரித்து வைத்துக் கொண்டிருக்கி றோம். ஆனால் இந்த பேரறிவானது அதன் உண்மை நிலையில் பிரபஞ்சம் முழுதும் விரிந்தே இருக்கிறது. அதனை அளவிடக் கூட முடியாது என்பதே உண்மை.

"கற்றது கையளவு, கல்லாதது உலகளவு", என்று அவ்வை பாட்டி சொன்னதை நாம் இன்னும் தெளிவாக புரிந்து கொள்ளவில்லை என்று தான் சொல்லவேண் டும். மேற்படையாக பார்த்தால் நமக்கு புரிந்து விட்டது போலத் தான் தோன்றும். ஆனால் கூர்ந்து பார்த்தால் மட்டுமே அதன் ஆழமான அர்த்தம் நமக்கு புரியும். எனக்கும் ஆரம்பத்தில் இது புரியவில்லை. ஆனால் திரு.ஜே. கிருஷ்ணமூர்த்தி அவர்களின் சில வார்த்தை கள் இது எதற்கு என்பதை ஆணி அடித்தாற்போல மன தில் பதிய வைத்தது.

"நாம் அறிந்தவை என்பது ஒரு வரையறைக்குட் பட்டது தான். நமக்கு அறிந்தவை கொண்டு நாம்

அறியாத ஒன்றை புரிந்து கொள்ள முயற்சிக்கி றோம். எல்லைக் கட்டிக் கொண்ட மனதினை வைத்து எல்லையிலாத ஒன்றை அடைய முயற்சிக் கிறோம்"

என்ற அவரது வார்த்தைகள் எனக்கு மனதின் எல் லையிலாத் தன்மையையும், ஆனால் அதனை குறுக்கி நாம் எப்படி சின்னதாக ஆக்கி நம் சிறிய சிறிய செயல் களுக்கு எல்லாம் பயன்படுத்திக் கொண்டிருக்கிறோம் என்பதையும் விளக்கியது. ஒரு விஞ்ஞானி போலும் தனது அறிவின் வரைமுறைக்குட்பட்டவர் தான். ஆனால் இந்த அண்டமோ எந்த வரைமுறைக்கும் உட் படாதது. எண்ணங்களும் அது உருவாக்கும் கற்ப னைகளும் கூட வரைமுறைக்குட்பட்டது தான். ஆனால் எந்த விதமான எல்லையுமில்லாத, எல்லைகள் என்ற அளவீடுகளுக்குள் கூட கொண்டு வர முடியாத பிர பஞ்சமோ, அதன் ஆற்றலோ எத்தனை சாத்தியக்கூறுக ளைக் கொண்டுள்ளது. பிரபஞ்சம் அளவீடற்றது எனில், பிரபஞ்சத்தோடு ஒத்த மனமோ...?

அளவீடற்றது. அதன் ஆற்றலை பயன்படுத்த தவறும் நாம் தான் எத்தனை முட்டாள்கள்.

ஆன்ம வளர்ச்சியின் 4 நிலைகள்

இந்த 4 நிலைகளைப் பற்றி பேசாமல் பிரபஞ்ச விதிகள் எப்படி செயல்படுகிறது, ஈர்ப்பு விதி எப்படி செயல்படுகிறது, மனம் எப்படி செயல் படுகிறது, அது எல்லாவற்றையும் எப்படி பிரபஞ்ச பேராற்றலிடம் கேட்டுப் பெறுகிறது என்று எவ்வளவு விளக்கினாலும் புரிவதற்கு வாய்ப்பில்லை. காரணம் இன்றைய சமூக சூழ்நிலை. ஒரு கூட்டம் சரியென்று சொல்வதை ஒரு கூட்டம் மறுக்கிறது. ஈர்ப்பு விதியோ பிரபஞ்ச விதிகளோ அறிவியல் அல்ல ஆன்மீகம் எனும் எண்ணம் உங்களுக்கு வரக்கூடும். இல்லை அறிவியல் என்பதே பிரபஞ்ச இயல்பை அறிவு கொண்டு எடுத்தி யம்புவதுதான் எனலாம். ஆக அவை அறிவியல் கூற்றுக் களின் படி உண்மையாகவே இருக்கிறது போல தெரிகி றது என்று நீங்கள் எண்ணக்கூடும். இது எல்லாம் பொய் பித்தலாட்டம் என்று ஏசுகிற கூட்டம் தனியே ஊரை ஏய்த்து வாழ்ந்து கொண்டுதான் இருக்கிறது. மனிதர் களுக்குள் பிரிவினை பிளவு இப்படி சிந்தனைகளின் நிலைகளைக் கொண்டு ஏற்படுத்தி அதில் குளிர்காய தயாராகவே பலரும் உள்ளனர்.

விஞ்ஞானி ஆல்பர்ட் ஐன்ஸ்டீன் கூறுவார்.

"ஒரு பிரச்சினைக்கு தீர்வு என்பது அந்த பிரச்சினை உருவாக்கப்பட்ட அதே தளத்தில் இருந்தே பார்த்தால் கிடைக்காது"

மனிதன் தன் அறிவுநிலையில் முன்னேறி வருகிறான். அல்லது பழைய காலத்தில் இருந்த ஞானநிலையில் இருந்து விடுபட்ட தொடர்பை புதுப்பித்து கொள்ளவாவது முயற்சி செய்கிறான். பிரபஞ்சத்தின் செயல்பாடுகளை நாம் இங்கு அறிந்து கொள்ள முயற்சி செய்கிறோம். அதனை நம் வாழ்வில் பயன்படுத்தி கொள்ள முயல்கிறோம். ஆனால் அவற்றை குறித்த ஆராய்ச்சியில் நாம் இருக்கும் நிலையில் இருந்தே அவற்றை அறிய முற்படுவதால் முன்கூறிய எல்லா பிரச்சினைகளும் ஏற்பட்டுக் கொண்டே இருக்கிறது.

ஈர்ப்பு விதி கொண்டு பொருட்களை ஈர்த்து பெற முடியும் என்று ஒரு புத்தகம் சொல்லியது எல்லோரும் அந்த புத்தகத்தை வாங்கி படித்தனர். அதை குறித்து விவாதம் செய்தனர். அந்த புத்தகமும் லட்சக்கணக்கில் விற்று தீர்ந்தது. ஆனாலும் அதன் முழுமையான புரிதல் எல்லோருக்கும் இருந்ததா என்றால் இல்லை. இதற்கு என்ன காரணம். நம் ஆன்ம வளர்ச்சியில் நம் மனம் கொள்ளும் இந்த 4 நிலைகள்தான் காரணம். ஒவ்வொரு நிலையும் அந்தந்த அளவில் சரியானதே. இந்த 4 நிலைகளையும் கருத்தில் கொள்ளுங்கள். இந்த புத்தகம் கற்றுத் தருவதை கற்றுணரும் தருவாயில் நீங்கள் எந்த நிலையில் இருக்கிறீர்கள் என்பது உங்களுக்கே புரியும்.

இந்த 4 நிலைகளை 1980 முதல் கற்று கொடுப்பவர் "மைக்கேல் பெக்வித்" என்கிற பிரபஞ்சவியல் அறிஞர். அவரை நீங்கள் ரகசியம் ஆவணப்படத்தில் பார்த்திருப்பீர்கள். அவரின் கருத்துக்கள் "ரகசியம்" புத்தகத்தி பதிப்பிக்கப்பட்டிருக்கும். ஆனால் வேடிக்கை என்னவென்றால் இந்த 4 நிலைகள் பற்றி அவர் சொன்

னதை ரகசியம் குழுவினர் வெளிக் கொணராமலேயே மறைத்து விட்டனர். தொழில் ரகசியம் அது. சரி அந்த நான்கு நிலைகள் என்னென்னவென்று பார்ப்போம்.

முதல் நிலை : எல்லாம் எனக்கே நடக்கிறது

"கடவுள் என்னையே எல்லாத்திலும் சோதிக்கிறான்", "மத்தவன்லாம் நல்லாத்தான் இருக்கான்" என்று பேசிக் கொண்டிருக்கிறோமா அப்படியென்றால் நாம் இந்த முதல் நிலையில் இருக்கிறோம் என்று அர்த்தம். உலகில் உள்ள அனைத்து பிரச்சினைகளும் நமக்கு மட்டுமே தான் நடக்கிறது என்று எண்ணும் நிலை இது. மற்றவர்களை பார்க்கும் போது பொறாமைப்படுவதும், அவர்களால் தான் நமக்கு துன்பம் விளைகின்றது என்று எண்ணுவோம். நமக்கு எது நடந்தாலும் அதற்கு காரணம் யார் என்று கேட்டால், காட்ட எப்போதும் பத்து பேரை தயாராக வைத்திருப்போம். எப்போதும் சலித்துக் கொள்வோம். எல்லாம் "தலை விதி" என்போம். நடக்கிறது நடக்கிறபடி நடக்கட்டும் என்று நம் முயற்சியை எல்லாம் விட்டு விடுவோம்.

ஒரு நிலையிலிருந்து மற்றொரு நிலைக்கு கடக்கும் போது நாம் நம் பிடிமானங்களை விட்டுவிட வேண்டும்/ வேண்டியிருக்கிறது என்று பெக்வித் கூறுகிறார். இந்த நிலையிலிருந்து மாற நாம் விட வேண்டியது : மற்றவர்கள் மீது பழி போடுதல். நம் சூழ்நிலைகளுக்கு நாமே பொறுப்பு. நமது சூழ்நிலைகளுக்கு கஷ்டங்களுக்கு மற்றவர்கள் தான் காரணம் எனும் போது நம் வாழ்க்கைக்கான கடிவாளத்தை அவர்களிடம் தந்து விடுகிறோம் என்று பொருள்.

இரண்டாம் நிலை - எல்லாம் என்னால்

மற்றவர்கள் மீது பழி போடுவது என்பது குறைந்தவு டன் நம் மீது நமக்கு இருக்கும் ஆதிக்கத்தின் ஆற்றல் நமக்கு புரிய வரும். நாம் தான் நமது கஷ்டமான சூழ் நிலைகளையும், நல்ல சூழ்நிலைகளையும் உருவாக் கினோம் என்பது புரிய வரும். அப்போது இரண்டாம் நிலைக்கு மனம் தானாக சென்று விடும். நம் வாழ்க் கைக்கான கடிவாளத்தை நாம் எடுத்துக் கொள்வோம். இனி எனக்கு நடக்கும் எதற்கும் நானே காரணம் என்று பொறுப்பெடுத்து அதற்கு தகுந்தவாறு நடந்து கொள்ள ஆரம்பிப்போம். எனது இப்போதைய யதார்த்தங்களுக்கு எனது நேற்றைய மன நிலையே காரணம் என்று புரிந்து கொண்டு நாளையாவது நன்றாக இருக்கட்டும் என்று ஆழ்மனப்பயிற்சிகளை எல்லாம் இந்த நிலையில் தான் கடைப்பிடிக்க தொடங்குவோம்.

ஈர்ப்பு விதி தெரிந்த ஏனையோரும் இருப்பது இந்த நிலையில் தான். இந்த நிலையில் சிறு சிறு வெற்றிகள் கூட நமக்கு களிப்பினை தரும். "நான் செய்து விட்டேன். நான் அடைந்து விட்டேன்" என கூற தொடங்கிவிடு வோம். இது ஒரு ஆற்றல்மிக்க மிக முக்கியமான நிலை

இரண்டாம் நிலையிலேயே நிறைய பேர் நிலை கொண்டுவிட வாய்ப்புகள் இருக்கிறது. ஆனால் அந்த நிலையில் முயற்சிகள் தேவைப்படுகிறது. சில சமயம் கடும் பிரயத்தனங்கள் தேவைப்படுகிறது. இரண்டாம் நிலையில் இருப்பவர்கள் பெரிய விருப்பங்களை ஈர்த்து பெறுவதில் சில சமயம் தவறி விடுவார்கள். இதற்கு கார ணம் இந்த கடும் முயற்சிகளே. ஆனாலும் முயற்சி செய்து கொண்டே இருப்போம் என்கிறவர்கள் இருக்கத்தான் செய்கிறார்கள்

மூன்றாம் நிலை - என் மூலமாக

இரண்டாம் நிலையின் உழைப்பு காரணமாக நாம் நம் தனித்தன்மையை உணர்ந்திருப்போம். நம் திற

மைகளை கண்டறிந்திருப்போம். இதற்கு சில காலம் பிடிக்கும் தான் என்றாலும், கண்டறிந்த இந்த விஷயங்களை வைத்துக் கொண்டு இரண்டாம் நிலையிலேயே நின்று விடாமல் முன்னேறி செல்லும் ஒரு நிலை ஏற்படும். அந்த நிலையில் நாம் செய்கிறோம் என்ற நிலை மாறி நம்மில் நம் மூலமாக எல்லாம் நடைபெறுகிறது என்ற எண்ணம் எழ ஆரம்பித்து விடும். உதாரணத்திற்கு இரண்டாம் நிலையில் ஒரு எழுத்தாளனின் படைப்பு எழுத்துக்களுக்கு முயற்சிக்கிறது. மூன்றாம் நிலையில் அந்த எழுத்துக்கள் அவர் எழுத வேண்டியதில்லை தானாகவே அவர் மூலமாக வெளிவரும். அந்த படைப்பு பலரின் நன்மைக்காக என்று அமையும். அப்படி பலர் அந்த படைப்பால் நன்மையடையும் போது அதற்கு ஈடான வளங்கள் அனைத்தும் அவருக்கு கொடுக்கப்படுகின்றது.

இந்த மூன்றாம் நிலையில் வெற்றி-தோல்வி குறித்து எந்த சிந்தனையும் இருக்காது. நாம் செய்கிறோம், நம் மூலமாக நிகழ்கிறது என்ற சிந்தனை மட்டுமே இருக்கும். இந்த நிலையில் நாம் எதை செய்ய ஆரம்பித்தாலும் வெகு மென்மையாக செய்யத் தொடங்குவோம். ஆனால் அதற்கான பலன் பிரபஞ்சத்தால் பன்மடங்காக கொடுக்கப்படும். எல்லாம் தானாகவே நடக்கத் தொடங்கும். நம்முடைய திறமைகளை நாம் ஒரு "ரியாலிட்டி ஷோ"வில் சென்று வெளிப்படுத்த வேண்டுமென்பது இல்லை. நீங்கள் செய்ய ஆரம்பித்தால் அதுவே பாதை வகுத்துக் கொண்டு தானே வெளிப்படும். போட்டியும் பொறாமையும் அறவே தகர்க்கப்படும்.

இந்த புத்தகத்தில் இந்த மூன்றாம் நிலை குறித்து தான் அதிகம் பேசப்பட்டுள்ளது. இந்த மூன்றாம் நிலை வரைதான் இன்னது இதுவென்று கற்றுக்கொடுக்க முடியும். இதிலும் இந்த மூன்றாம் நிலையில் இருக்கும் விஷயங்களை ஒருவர் இந்த கற்றுணர்தலின் வாயிலாக தானே தம் அகத்துள் உணர வேண்டும். அதன் பின்

அந்த உணர்தலே நான்காவது நிலைக்கு இட்டு செல்லும்.

நான்காம் நிலை - நானாகவே

இந்த நிலை மிகப்பெரிய நிலை. அடைவதற்கு கடினம் என்று சொல்லமாட்டேன். ஆனால் மூன்று நிலைகளையும், அதாவது - எனக்கு நடந்தது மாறி என்னால் நிகழ்த்தபட்டது வந்தது அது தொடர்ந்து என் மூலமாக நிகழ்கிறது என்ற புரிதல் வருகிறது, இந்த நிலைகளெல்லாம் கடந்த பிறகு ஒரு கேள்வி எழும். இந்த "நான், எனக்கு" என்பது என்ன என்று. யாரால் நிகழ்த்தப்படுகிறது, யாருக்கு நடக்கிறது என்று கேள்வி கேட்கும் மனதிற்கு என்ன பதில் சொல்வீர்கள். இதைத்தான் பெரியவர்கள் மிகப்பெரிய ஞான நிலை என சொல்லிவிட்டு சென்று விட்டார்கள். புரிந்து கொள்ள எத்தனித்தால் கண நேரத்தில் தெளிவாகிவிடும்.

இந்த நிலை வரை நான் வேறு பிரபஞ்சம் வேறு என்று இரு நிலைகளில் மனம் இருந்து கொண்டிருக்கும். நாம் நமக்கு வேண்டியதை உருவாக்கும் ஆற்றல் பாதையில் இருந்து விலகி இருக்கிறோம் என்ற எண்ணம் இந்த மூன்றாவது நிலை வரை இருக்கும். ஆனால் நான்காவது நிலையில் அந்த ஆற்றல்பாதையில் நாம் எப்போதோ இணைந்து விட்டோம் இனி அது வேறு நாம் வேறு அல்ல என்ற புரிதல் ஏற்படும்.

நான் சொல்கிறென் என்று அது அப்படித்தான் இருக்கும் என்று கற்பனை பண்ணி பார்க்காதீர்கள். மனம் பாசாங்கு செய்யும். எல்லாம் புரிந்து விட்டது என்று சொல்லும். உடனே அதனை பிடியுங்கள். இந்த நான்காம் நிலை அடைந்த மனது என்னை பொறுத்தவரை எதுவுமே சொல்லாது. ஏனென்றால் பரவசமாக அது பிரபஞ்சத்தின் சக்தியோட்ட பிரவாகப் பாதையில் பயணித்துக் கொண்டிருக்கும். நித்தம் நித்தம் துடிப்போடு அக்

கணத்தில் இருக்கும். அதற்கும் கடந்ததும் தெரியாது. வருவதும் தெரியாது.

இந்த நான்காவது நிலையின் உச்சத்தில் இருப்பவர்கள் பிரபஞ்சத்தில் இணைப்படைப்பாளியாய் எதை வேண்டுமானாலு கணநேரத்தில் படைக்க முடியும். ஆனால் அதன் ஒரு பகுதி மட்டும் கூட நமக்கு போதும் நம் விருப்பங்களை நிறைவேற்றுவதற்கு. அதற்காக ஒரு சிறிய தொடுதல் மட்டும் அந்த பாகத்திற்கு கொடுத்து புத்தகத்தை நிறைவு செய்துள்ளேன். பெரியவர்கள் பலர் அந்த நிலை பற்றி அதிகம் பேசியிருக்கிறார்கள். அவர்களுக்கு தலைவணங்கி அதை அந்த பெரும் வழிகாட்டிகளிடமே பெற்றுக் கொள்ளுமாறு கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

இந்த நான்கு நிலைகளை அறிந்து கொண்டீர்கள். சுயப்பிரகடனம், அகக்காட்சிப்படைப்பு எனும் ஆழ்மனப்பயிற்சிகளை இரண்டாம் நிலையில் செய்ய ஏற்கனவே கற்றுக் கொண்டிருப்பீர்கள். வாழ்க்கையில் அவற்றை பயன்படுத்தவும் தொடங்கி இருப்பீர்கள். அதில் சிறிது சுணக்கங்கள் இருக்கலாம். பெரிய விருப்பங்களை எல்லாம் பூர்த்தி செய்ய முடியாமல் போகலாம். எனது முயற்சியெல்லாம் உங்களது எந்த விருப்பமானாலும் அது அந்த பிரபஞ்ச சக்தியின் துணை கொண்டு நடந்தேறி நீங்கள் சந்தோஷம், சமாதானம், சௌபாக்கியமும் நல்லிணக்கமும் கொண்டு வாழ வேண்டும் என்பதே.

இணைப்படைப்பாற்றல்: நானும் பிரபஞ்சமும்

"இந்த பெருங்கடலில் நீ ஒரு துளி அல்ல;

பெருங்கடலாய் நீ இந்த துளியில் இருக்கிறாய்."

- ரூமி .

இந்த வார்த்தைகளை கூர்ந்து நோக்குங்கள்! ஒவ்வொருவரும், எல்லையற்ற பேரறிவு கொண்ட இந்த பிரபஞ்ச பேராற்றலின் ஒருங்கிணைந்த பகுதி என்பது தெளிவாக புரிகிறது அல்லவா?

ஈர்ப்புவிதி என்ன சொல்கிறது? எல்லா படைப்புமே, உருவமில்லா அந்த பெருமாற்றல் கொண்ட பிரபஞ்சமும் உருவம் கொண்ட மனிதனும் ஒருங்கிணைந்து படைப்பதே !

இந்த ஒன்றிணைந்த படைப்பாற்றலை புரிந்து கொள்வது அவசியம். அடிப்படையில், நாம் ஒரு தனி இயக்கம் அல்ல; நாம் எப்பொழுதும், அந்த உயர்ந்த, எல்லையற்ற, உருவமில்லா, பேரன்பு கொண்ட ஒரு பெரியக்கத்துடன் இணைந்து தான் செயல்படுகிறோம். அந்த பேராற்றல், நம் எல்லா விருப்பங்களையும் நிறைவேற்ற எப்பொழுதும் தயாராக இருக்கிறது.

ஆபிரகாம் ஹிக்ஸ் (Abraham Hicks) கூறியது போல,

"ஒவ்வொரு நொடியிலும் உங்களுடன் துணை நிற்கும் அந்த பேராற்றலைப்பற்றிய விழிப்புணர்வு இருந்தால், நீங்கள் ஒருபொழுதும், எதைப்பற்றியும் குறை கூற மாட்டிர்கள்."

பிரபஞ்சத்தை பற்றி பேசும்பொழுது, அது ஏதோ வெளியில் இருந்து செயல்படும் ஒரு ஆற்றல் என்று பலரும் நம்புகிறோம். ஆனால், உண்மையில், அந்த சக்தி, ஆற்றல், நம் உள்ளிருந்து நம்முடன் ஒருங்கிணைந்து எல்லாவற்றை யும் படைக்கும் ஒரு இயக்கமே !

புறத்தில் படைக்கப்பட்டவை எல்லாமே ஒரு கண் ணாடி போல ! அகத்தில் உள்ள படைப்புத்திறனின் வெளிப் படை அவை. உள்ளிருக்கும் இந்த ஒருங்கிணைந்த படைப் புத்திறனை நாம் தெளிவாக புரிந்துகொள்ளும்பொழுது, நாம் படைப்பவையும் தெளிவாக, இயல்பாக, எளிதாக அமைகி றது.

மூல பேராற்றல் எப்பொழுதும் உயர்ந்த நேர்மறை நிலையிலேயே இயங்குகிறது என்பதை நாம் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். இந்த நிலையில் இருந்து அது மாறுவதில்லை. ஆகவே, ஒருங்கிணைந்த படைப்புத்திறன் முழுமையாக வெளிப்பட, நாம் தான் அந்த உயர்ந்த நிலைக்கு நம்மை எடுத்து செல்ல வேண்டும். நம் எண்ணங்களையும், உணர்வு களையும் அந்த உயர்ந்த, நேர்மறை நிலையில் வைத்திருக்க வேண்டும். அப்பொழுது தான், எல்லையற்ற சாத்தியக்கூறு கள் என்னும் ஒளி தெரியும்.

இந்த பிரபஞ்சத்தின் இயல்பே படைப்பது தான். அந்த படைப்புகள் சென்று சேர வேண்டிய இலக்கு என்று ஒன்று உள்ளது; அது நீங்கள் தான்.

பல நேரங்களில், உங்கள் விருப்பங்கள் நிறைவேற தாமதம் ஆவதை கவனித்து இருக்கிறீர்களா? அது ஏன் என்று புரிகிறதா?

உதாரணத்திற்கு, உங்கள் நோக்கம் பணம் என்று வைத்துக்கொள்வோம். இந்த அதிர்வலைகளை நாம் பிர பஞ்சத்திடம் செலுத்தும் பொழுது, நம்மிடம் இருந்து, வெளி

யில் இருந்தோ பல எதிர்ப்புகள் வரலாம். இந்த எதிர்ப்புகள், பிரபஞ்சத்தின் சீரான ஓட்டத்தை பாதிக்கிறது. நம் விருப்பங் கள் நம்மிடம் வந்து சேருவதை நாமே தள்ளி வைக்கிறோம். பிரபஞ்சம் எப்பொழுதும் நம் உணர்வுகளுக்கு தான் respond செய்கிறது. ஆகவே, நம் விருப்பங்கள் குறித்த பயம் இருந் தால், அதைத்தான் உணர்வாக நாம் வெளிப்படுத்துகிறோம். அதற்கு தான் பிரபஞ்சம் பதில் சொல்லும். ஆகவே தான் நம் விருப்பங்கள் தாமதம் ஆகின்றன.

இந்த எதிர்மறை அதிர்வலைகளை மாற்றுக்கொள் வது எளிதான செயலாகும். இதற்கு முதலில் நாம் பாராட்டும் தன்மையை வளர்த்துக்கொள்ள வேண்டும். எல்லாவற்றை யும் பாராட்ட வேண்டும். அகத்திலும் புறத்திலும் உள்ள நேர் மறை உண்மைகளை கண்டுணர்ந்து பாராட்ட வேண்டும். அப்படி செய்யும் பொழுது நன்றி உணர்வு உருவாகுகிறது. இந்த ஆற்றல் மிக்க உணர்வு, நமக்கு ஒரு வழிகாட்டுதலாக அமைகிறது.

இந்த இணைப்படைப்பாற்றலில் நாம் மிகவும் முக்கிய மாக புரிந்துகொள்ள ஒரு உண்மை இருக்கிறது.

நம் விருப்பங்கள் "எப்படி" நிறைவேறும்?

"யார்" மூலம் நிறைவேறும்?

இது போன்ற கேள்விகள், சந்தேகங்கள் தேவையற் றது.

இது பிரபஞ்சத்தின் வேலை. உயர்ந்த, நேர்மறை அலைவரிசையில் இணைந்திருந்து, நம்முடைய செயல் களை செய்துகொண்டிருக்க வேண்டியதுதான் நம் பொறுப்பு.

உருவமில்லா பெரும்பேராற்றலுடன் உருவம் கொண்ட கூறுகள் அதனதன் இயல்பில், தனித்தன்மையை இணைந்து நடத்தும் தெய்வீக நடனமே இணைப்படைப் பாற்றல் ஆகும்

அருவிலிருந்து உருவாக்கம் - ஒரு புரிதல்

உங்களுக்கு வேண்டியதெல்லாம் எப்படி இந்த பிரபஞ்சத்தில் இருந்து கிடைக்கிறது என்று இதுவரை நாம் பேசிக் கொண்டிருப்பதிலிருந்தே நீங்கள் புரிந்து கொண்டிருந்திருப்பீர்கள் என்று நான் நம்புகிறேன். எங்கிருந்து கிடைக்கிறது, எதனால் கிடைக்கிறது என்பதையும் உணர்ந்திருப்பீர்கள். இருந்தாலும் "புரியாதது போல இருக்கிறது சார்", என்று சொல்பவர்களுக்காக அதையும் சிறிது பார்த்துவிடுவோம்.

பிரபஞ்சத்தில் இறைநிலை எனும் சுத்தவெளியில் தான் நம் பேரியக்க மண்டலம் முழுவதும் நிலை கொண்டுள்ளது. ஒரு கிரகத்திற்கு பருமன் இருக்கிறதென்றால் அதனை தாங்கி பிடிக்கும் அதற்கு நிச்சயம் அதற்கான ஆற்றல் இருக்கிறது என்று தான் அர்த்தம். அதனால் அதனை உருவமில்லாத அருப்பொருள் என்று நினைத்தாலும் இருப்புநிலையான அது ஏதுமில்லாதது இல்லை. அதற்குள் இருக்கும் தெய்வீகத் துகள்களை நாம் நமது எண்ணத்தின் ஆற்றலாலே, பார்ப்பதாலே மாற்றத்தை

உண்டு பண்ணுகிறோம். எத்தனை அறிவு படைத்த ஜீவ ராசிகளிலும் பிரபஞ்ச பேரியக்க பேராற்றல் உறைந்து கொண்டுதான் இருக்கிறது. நீங்கள் பார்த்தால் தெரியும், இதுதான் உணவு என்பதை ஜீவராசிகள் எப்படி அறிந்து கொள்கின்றன அவை அதன் இயல்பிலேயே அந்த தன் மையை பெற்றிருக்கின்றன. அவற்றுள் பிரபஞ்ச பேரறி வானது ஊக்கம் கொடுப்பதால் அதனாலேயே அவற் றின் ஜீவன் தொடர்கிறது. இதனை "இயல்பூக்கம்" என் கிறோம்.

ஆக எல்லாம் வல்ல இறைநிலை இருப்புநிலையாக இருந்து, அதன் இயக்கத்திற்கு பேரறிவையும் உபயோ கித்து இயங்குகிறது. இறைநிலையானது இருப்பாகவும் ஆற்றலாகவும் இருக்கிறது என்பதை ஏற்கனவே கண் டோம். இப்போது இந்த சிந்தனையைக் கொண்டு நம் மளவில் உள்ள செய்கைகளைக் கொண்டு கவனிப் போம்.

நமக்கு ஒரு விருப்பம் இருக்கிறது. அதனை நாம் நம் எண்ண அளவில் தெரிவிக்கிறோம். அது கிடைக்கிறது கிடைக்காமல் போகிறது என்பது குறித்து கவலைப்ப டாமலே நம்முள் ஒரு விருப்பம் ஆசையாக கிளர்ந்தெ ழுகிறது. உதாரணத்திற்கு ஒரு ஆடம்பர கார் என்று வைத்துக் கொள்வோம். இந்த காரை வாங்குவதற்கான நிதி நிலை நம்மிடம் இல்லாமல் இருக்கலாம். இந்த காரே நமக்கு தேவையில்லாததாக இருக்கலாம். ஆனா லும் நீங்கள் உங்கள் கோரிக்கையை பிரபஞ்சத்திடம் வைத்து விட்டீர்கள். "எனக்கு அந்த கார் வேண்டும்", என்று நீங்கள் வாய் விட்டு கேட்க வேண்டும் என்பதில்லை. உங்கள் விருப்பம் எப்படியோ பிரபஞ்சத்திற்கு தெரிவிக்கப்படுகிறது.

பின்வரும் நிலைகளில் அது பிரபஞ்சத்திற்கு சரியாக தெரிவிக்கப்படாது

- அது ஒரு ஏக்கமாக அல்லது ஒரு ஏக்கத்தின் விளை வாக இருக்கும் பட்சத்தில்
- பொறாமையின் விளைவாக
- அது கிடைக்குமா என்ற சந்தேகத்தை வெளிப்படுத் திக் கொண்டிருக்கும் போது
- அதற்கான சூழ்நிலை என்று மனம் விரிக்கும் வலை யில் சிக்கி பின்வாங்கும் போது

மேற்சொன்னவை எதுவும் இல்லாமல் நீங்கள் கேட் கும் போது அந்த விருப்பம் சரியான அலைவரிசையில் பிரபஞ்சத்திற்கு சமிக்ஞைகளாக சென்று சேர்கிறது. இறைநிலையில் விண்கூட்ட அளவில் அது அதிர்வலை களை உண்டாக்குகிறது. உங்களுக்கான கார் தயாராக ஆரம்பிக்கிறது.

"சார், என்ன விளையாடறீங்களா. கார் ஃபேக்டரில தானே தயாராகுது என்று நீங்கள் சொல்லலாம்"

பிரபஞ்சத்தின் செயல்பாடுகளை மேம்போக்காக புரிந்து கொள்ளும்போது அப்படித்தான் கேட்க தோன் றும். ஆனால் ஆழமாக பாருங்கள். இதுவரை நாம் கற்றுக் கொண்டது எல்லாவற்றையும் வைத்து பாருங் கள். உங்கள் விருப்பத்தை நீங்கள் பிரபஞ்சத்திற்கு தெரிவிக்க தொடங்கியவுடன், அவை "விண் அதிர்வு களாக" பிரபஞ்சத்திற்கு தெரிவிக்கப்பட்டவுடன் அதே "விண் அதிர்வலைகள்" நமக்கு என்ன தேவை என் பதை தனது முடிவிலா பேரறிவைக் கொண்டு உணர்ந்து அதற்கான பதில்களை பின் வருமாறு அளிக்கிறது.

- உங்கள் விருப்பம் நிறைவேற என்னவெல் லாம் தேவை என்பதை பார்க்கிறது. அதை உங்க ளுக்கு தர முதல்படி எடுக்கிறது. நமது உதாரணத் தில் அந்த காரை வாங்க தேவையான "பணம்". நேரடியாக பணமாக எப்போதுமே தருவதில்லை, உங்களை எதையாவது செய்ய வைத்து அந்த பணத்தை ஈடாக பெறவைக்கும். அதுதான் வடிவ மைப்பு

• மறுமுனையில் நீங்கள் ஈடாக பெற எங்காவது எதையாவது செய்ய வேண்டும் அல்லவா அப்படி யொரு வாய்ப்பை எங்காவது யாராவது ஒருவருக்கு உங்கள் பொருளோ சேவையோ தேவையே இல் லையென்றாலும் கருத்தறிந்து, இடமறிந்து, ஆள றிந்து உருவாக்குகிறது. கார் வாங்க எத்தனை லட் சமென்றாலும் கொடுக்கக்கூடிய ஒரு ஆள் வேண் டும் அல்லவா. சில சமயம் அரசாங்க டெண்டரே கூட உங்களுக்கு கிடைக்கலாம். இல்லை ஒரு பெரிய கார்ப்பரேட் கம்பெனி ஆர்டர் கிடைக்கலாம். அது வும் இல்லை திடீரென்று உங்கள் ஒண்ணு விட்ட மாமா உங்களுக்கு சில லட்சங்களை தருகிறேன் என்று பல வருடம் கழித்து தேடி வரலாம்.

• அடுத்து. நீங்கள் விருப்பப்பட்ட பொருளையும் உங்களுக்காக தயார் செய்ய வேண்டிய சிந்தனை களை எங்கெங்கு வேண்டுமோ அங்கங்கு எல்லாம் ஏற்படுத்துகிறது. உங்களுக்கு தேவையான காரை தயார் செய்யக் கூடிய அலைகளை கார் நிறுவனத் திற்கு அனுப்புகிறது. நம்புங்கள் அதுதான் நடக்கி றது. இல்லையென்றால் ஏற்கனவே தயார் செய்யப் பட்ட காரை, அதன் உற்பத்தியாளர் அல்லது விற்ப னையாளரிடம், "தம்பி நம்மாள் ஒருத்தன் வருவான். இந்த காரை அவனுக்கு கொடுத்துவிடு" என்று ஒரு எஜமானன் தன் விசுவாசமான வேலையாளிடம் கட்டளையிடுவது போல கட்டளையிடுகிறது.

இது போன்று பல சூழ்நிலைகள் நீங்கள் சந்தித்திருக் கலாம். எவ்வளவோ முயற்சி செய்தும் ஒரு விஷயம் தள் ளிப் போய்க் கொண்டே இருக்கும். சில மனிதர்களை பார்த்தால் அவர்கள் வேண்டா வெறுப்பாக ஒதுங்கி போய்விடுவார்கள். இல்லையென்றால் ஒதுக்கி விடு வார்கள். ஆனால் சில நேரங்களில் அதே விஷயம் டக் கென்று முடிந்து விடும். எங்கெங்கோ தேடி அலைந்து

கிடைக்காத விஷயம், எல்லோரும் மறுத்த விஷயம் உங் களுக்கு ஒரு யோசனையும் இல்லாமல் ஒரு மனிதர் முடித்து தருவார். நம் உதாரணத்தில் பல கார்களை நீங்கள் பார்த்திருப்பீர்கள், ஒன்று விலை படியாது, இல் லையென்றால் ஏதாவது ஒரு காரணத்துக்காக நமக்கு பிடிக்காது. இதை நாம் தடங்கல் என்று சொல்லுகிறோம். ஆனால் உங்கள் விருப்பத்தால், உங்கள் எண்ணத்தின் வலிமையால் விளைந்து வந்த ஒன்றை என்ன செய்வது. அது பார்த்தவுடன் இது தான் நம்முடையது என்று மன தில் மணி ஒலிக்கும். உடனே வாங்கி விடவும் முடியும்.

இது இறைநிலையின் தெய்வீகத் துகள்கள் ஒன்று கூடி உங்களுக்காக அந்த அருவில் இருந்து உருவாக் கிய பொருள். உங்கள் விண்ணப்பம் ஏற்கப்பட்டதின் பலன். எப்போதும் மனதில் நிலைநிறுத்துங்கள் உங்கள் பொருள் (அல்லது விருப்பத் தேர்வு) உருவாவது அந்த அருவமான அபரிமித இறைநிலையிலேயே. இதைத் தான் ஈர்ப்பு விதி பயிற்சியாளர்கள் அனைவரும் "நீங் கள் எவ்வளவு வேண்டுமானாலும் கேட்கலாம். அதற்கு அளவே இல்லை" என்று சொல்கிறார்கள்.

ஆனால் மேம்போக்காக இதை புரிந்து கொண்டு மனதில் சில பிடிமானங்களை வைத்துக் கொண்டு "கோடிகள்" அல்ல "சில ஆயிரங்கள்" கேட்டால் கூட கிடைக்கவே கிடைக்காது. பிரபஞ்சத்தின் அபரிமி தத்தை தெள்ள தெளிவாக புரிந்து கொள்ளும் போதே இந்த அருவில் இருந்து எதையும் உருவாக்க முடியும், அதிலும் பாதி வேலை நம்முடையதுதான் என்பது புரிய வரும்.

“நான் யார்” - உங்கள் உண்மையான சுயத்தை குறித்த சில அடிப்படை புரிதல்

"நீங்கள் யார்?", இப்படி ஒரு கேள்வியை கேட்டால் நீங்கள் என்ன பதில் சொல்வீர்கள்?

"நான் யார்?" கேட்டுப் பாருங்கள்.

"என்னப்பா ஆளே இப்படி மாறிட்டியே. சரியா சாப்பிடறதில்லையா?"

என்று பல நாள் கழித்து நம்மை பார்ப்பவர்கள் கேட்பார்கள். அப்படியென்றால் காணப்படும் வெளித்தோற்றம்தான் நீங்களா இந்த "நான் யார்" என்ற ஒற்றை கேள்வியை கேட்டுவிட்டு வீட்டை விட்டு வந்தவர்தான் அதற்கு விடை கண்டுணர்ந்த "ரமணர்". அப்படி என்ன விடையை அவர் கண்டுவிட்டார் உண்மையான உங்களை நீங்கள் காண வேண்டும். அது பலவிதத்தில் நமது இந்த பயணத்தை எளிதாக்கும்.

"நானார் என்ற விசாரம் காணும் காட்சி பொருள் களையெல்லாம் அழித்து பிணஞ்சுடுதடிபோல தானும் அழியும். பிறகு சொரூப தரிசனமுண்டாம்"

என்கிறார் ரமண மகரிஷி. ஏற்கனவே ஆன்ம வளர்ச் சியின் 4 நிலைகளை நாம் புரிந்து கொண்டோம். ரமணர் சொல்லும் இந்த சொரூப தரிசனம் என்கிற உண்மை சுயதரிசனம் மூன்றாவது நிலையிலிருந்து நான்காவது நிலைக்கும் கடக்கும் பொழுதில் உண்டாவதாகும். கடந்த பகுதிகளில் நாம் தெய்வீகத்தின் படைப்பு சித றல் என்பதை மறந்தே வாழ்கிறோம், அந்த இணைப்பு துண்டிக்கப்பட்டே வாழ்கிறோம் என்பதை கண்டிருந் தோம். அந்த இணைப்பு துண்டிக்கப்படுவதற்கு மிக முக் கிய காரணமாக இருக்கும் நம் மனதின் தந்திரத்தையும் அறிந்து கொள்வோம்.

சிறப்பான நம் பிறப்பு

நம் பிறப்பானது ஒரு வெற்றி சரித்திரம் தான் என் பதை நாம் ஒத்துக் கொள்ள வேண்டும். பல ஆயிரம் விந்தணுக்களின் ஓட்டத்தில் ஒரே ஒரு விந்தணுவா னது வெற்றி பெற்று நாதத்துடன் கலக்கும் போது தான் நாம் உருவாகிறோம். இப்போது நாம் மார்தட்டிக் கொள் ளலாம் நாம் பிறப்பிலேயே வெற்றியாளர்கள் என்று. சரி இப்படி நடக்கும் போது, இதுவெல்லாம் நடக்கிறது என்று நமக்கு தெரிகிறதா அந்த விந்து-நாத கலப்பு, கரு முட்டையாகி ஒரு குறிப்பிட்ட அளவு வளர்ச்சி அடையும் வரை அதற்கு உயிர் இருப்பது இல்லை என்பது அறி வியல் கூற்று. எங்கோ ஏதோ ஒரு தருணத்தில் இந்த உயிர் எனும் ஆன்மாவானது வந்து ஒட்டிக் கொள்கிறது. அதனை நாமா வடிவமைத்தோம்?

"இந்த குறிப்பிட்ட தருணத்தில் நீ போய் ஒட்டி அந்த ரசாயனக் கலவைக்கு உயிர் கொடு" என்று நாமா கட்ட ளையிட்டோம்?

என்றால் கட்டளையிட்டது யார்

அடுத்தது கரு உண்டாகி விட்டது. வளர ஆரம்பிக்கிறது. தாயின் உடலுக்குள் ஒன்பது மாதங்கள் வரை அதற்கு தேவையான அனைத்து ஊட்டச்சத்துகளும் கிடைக்குமாறு ஒரு ஏற்பாடு இருக்கிறதே. அந்த ஏற்பாட்டை செய்து வைத்தது யார் தாய்க்கு கூட தான் உண்ணும் உணவு உள்ளிருக்கும் குழந்தைக்கு போய் சேரும் என்று மட்டும்தான் தெரியும். உள்ளிருக்கும் காலத்தில் எல்லா நேரங்களிலும் தாய் உணவுகளை ஒரே மாதிரிதான் உட்கொள்கிறாள், ஆனால் ஒவ்வொரு வளர்ச்சியின் நேரத்திலும் இதுதான் தேவை என்று அதே வழக்கமான உணவு பிரிக்கப்படுகிறதே. அது எதனால் செய்யப்படுகிறது சிறிய கருமுட்டையாக இருந்தது பல மாற்றங்களுக்குப் பிறகு உருவ அமைப்பை பெறுகிறதே, இந்த வடிவமைப்பை யார் செய்தது

இத்தனையும் கடந்த பின்னர், இறைஆற்றலால் உள்ளிருந்த அத்தனை நாட்களும் பாதுகாக்கப்பட்டு வழி நடத்தப்பட்ட அந்த குழந்தை உலகிற்குள் வந்தவுடன், "இதுதான் நான். இனி நான் என்னைப்பார்த்துக் கொள்வேன்" என்று அடையாளப்படுத்திக் கொள்கிறதே. இது என்ன நியாயம்

இதைத்தான் ஆங்கிலத்தில் ஈகோ (EGO - Edge God Out) என்கிறார்கள். இந்த ஈகோ இருந்தால் பல கவலைகளும் இருக்கும் என்று சொல்வார்கள் அல்லவா, அது ஏன் என்றும், எப்படியென்றும், இந்த ஈகோ தன்னைத் தானே எப்படியெல்லாம் அடையாளப்படுத்திக் கொண்டு அந்த இறைமூலத்திலிருந்து தொடர்பற்று போய்விடுகிறது என்று அதற்கு சிறப்பானதொரு விளக்கத்தை டாக்டர் வேய்ன் டையர் பின்வருமாறு கொடுக்கிறார்.

இந்த ஈகோ எனும் சுயப்பிரக்ஞை என்பது ஆறு அடிப்படை அம்சங்களை உடையதாக இருக்கிறது. இவற்றை குறித்த விழிப்புணர்வு நம் மனத்தில் மேலோங் குவதாலேயே நம்மை நாம் தனியர்களாக அந்த பெரும் சக்தியிடமிருந்து விடுபட்டவர்களாக உணர்கிறோம். இந்த எண்ணங்கள் மேலோங்குவதாலும் , அவை நம் வாழ்க்கைப்பாதையை தீர்மானிக்க அனுமதிப்பதா லும் "இறைவிருப்பத்தின்" சக்தியுடனான இணைப்பை துண்டித்துக் கொள்கிறீர்கள். பூமிக்குள் வந்தவுடன் சிறிது சிறிதாக உங்கள் மனம் கீழ்காணும் ஆறு அம்சங்க ளால் ஆட்கொள்ளப்படுகிறது.

- என்னிடம் என்ன இருக்கிறதோ அதுவே என் னைப் பற்றிச் சொல்கிறது; என் உடைமைகள் என்னை யாரென்று விளக்குகின்றன.
- நான் என்ன செய்கிறேனோ அதுவே தான் நான். என் சாதனைகள் என்னைப்பற்றி எடுத்துச் சொல் கின்றன.
- பிறர் என்னைப் பற்றி என்ன நினைக்கிறார்களோ அதுவேதான் நான். எனக்கு பிறர் காட்டும் மரியா தையும் பணிவுமே என்னை இன்னாரென்று உல குக்கு பறைசாற்றுகின்றன.
- நான் மற்றவர்களிடமிருந்து வேறுபட்டவன். என் ஸ்தூல உடலே என்னைப் பற்றி தனிப்பட்ட முறை யில் விளக்குகிறது.
- என் வாழ்க்கையில் எதையெல்லாம் நான் இழந்து நிற்கிறேனோ அவற்றிலிருந்து எல்லாம் விலகி, நான் தனியாக இருக்கிறேன். என் வாழ்க்கை என் பது என் ஆசைகள், வேட்கை இவற்றிலிருந்து வேறுபட்டு நிற்கிறது.
- நான் கடவுளிலிருந்து வேறுபட்டவன். என் வாழ்க் கையானது என் உண்மையான மதிப்பை எந்த அளவுக்கு கடவுள் போற்றி மதிக்கிறார் என்பதைப் பொறுத்து இருக்கிறது.

இப்போது புரிகிறதா நாம் எப்படி இந்த இணைப்பை முறித்து வாழ்க்கையில் கஷ்டப்பட்டுக் கொண்டிருக்கிறோம் என்று? இதுவரை நாம் இந்த புத்தகத்தில் கண்டதை நீங்கள் முழுவதும் உணர்ந்திருந்தீர்களேயானால், நாம் அந்த தெய்வீகத்தின் படைப்பு சிதறல் என்பதை தெள்ளத் தெளிவாக உணர்ந்திருப்போம். அப்படியிருக்க தனித்து சிந்திக்கும் ஈகோவின் வேலை நம்மை ஒன்றும் செய்யப்போவதில்லை. எல்லாவற்றிலும் வாஞ்சையுடன் தாயன்புடன் பிரபஞ்ச மூலமான இறைபேராற்றலோடு நம் இணக்கத்தை நாம் உணருவதே நம் உண்மையான சுயத்தை அறியும் வழி. அதில் இணைய நம் உணர்ச்சிகளை உணர்ந்து உணர்வின் மொழி பேசி வாழ்க்கையில் எல்லா பாகங்களிலும் செயல்படுவதே ஆக்கத்திற்கு வழி வகுக்கும். இந்த சிந்தனையை முன்னிறுத்தியே நாம் இனி வருவனவற்றை பார்க்கவிருக்கிறோம்.

"நீங்கள்" இவற்றின் கட்டமைப்பு

உண்மையான நாம் யார் என்று நாம் ஏற்கனவே பார்த்து விட்டோம். ஈகோ எனப்படுவது நம்மை எப்படி யெல்லாம் அடையாளப்படுத்தி வைத்திருக்கிறது என்ப தையும் பார்த்துவிட்டோம். அதிலிருந்து மீண்டு பிரபஞ்ச பேராற்றலின் பாதையில் இணைய வேண்டும் என்பதை யும் பார்த்தோம். இனி நாம் பேசி வரும் பிரபஞ்சவியல் மொழியில் நீங்கள் யார் என்பதை இன்னும் கொஞ்சம் தெளிவுப்படுத்திக் கொண்டோமென்றால் நமது அடுத்த கட்டங்களுக்கு சிறிது உதவியாக இருக்கும் என்று நினைக்கிறேன்.

மெட்டாஃபிஸிக்ஸ் சொல்லும் இயற்பியல் கூற்றுப் படி பிரபஞ்ச பெருவெளியில் இருந்து தெய்வீகத்தின் படைப்பு சிதறலாக வெளிவந்து தற்போது இருக்கும் உடல் எனும் பௌதீக பிரிவாக தோற்றமளிக்கும் நீங்கள் எனப்படுவது,

> "உங்கள் எண்ணங்கள், உங்கள் எண்ணங்களின் நோக்கம், உங்கள் உணர்வுகள் மற்றும் அதனால் ஏற்படும் அதிர்வலைகள் - இவை சேர்ந்தெழுப்பிய கூட்டமைப்பே ஆகும்"

இதுவரை இப்புத்தகத்தில் கண்ட விஷயங்களை இந்த எளிய மொழியில் திட்டப்படுத்தி மீண்டும் உங்கள் நினைவிற்கு இங்கே கொண்டு வர விரும்புகிறேன்.

இந்த வாசகங்கள்தான் நீங்கள் பல ஈர்ப்பு விதி புத்த கங்களில் படித்திருப்பீர்கள். பல ஈர்ப்பு விதி பயிற்றுவிப் பாளர்கள் இதைத்தான் சொல்லியிருப்பார்கள். கீழ்கா ணும் இந்த விஷயங்களைத்தான் நான் இவ்வளவு நேர மாக உங்கள் புரிதலுக்காக விஞ்ஞானமாயும், மெய்ஞ் ஞானமாயும் விளக்கியிருந்தேன். அதையும் கீழ்காணும் புள்ளிக்குறிப்புகளையும் ஒப்பிட்டால் உங்களுக்கு எல் லாம் இன்னமும் தெளிவாகும்.

- நீங்கள் என்னவாக இப்போது இருக்கிறீர்கள், உங்களுக்கு என்ன நிகழ்கிறது, உங்களை சுற்றி இருக்கும் உங்களுடைய யதார்த்தம், இனி உங் களுக்கு நிகழப்போகுமனைத்தும், நீங்கள் என்ன வாக விரும்புகிறீர்கள் எல்லாம் உங்கள் எண்ணங் கள், உங்கள் நோக்கம், உங்கள் உணர்வுகள் மற் றும் அதனால் ஏற்படும் அதிர்வுகள் இவை நான்கின் கூட்டமைப்பினால் ஏற்பட்டதே ஆகும். நீங்கள் தான் உங்கள் வாழ்வின் சிற்பி.
- இன்று இருக்கும் உங்கள் சூழ்நிலைகள் உங்க ளால் தான் உருவானது. இதனை புரிந்து கொள் ளும் போது இனி வரப்போகும் சூழ்நிலைகளை உங் களால் சரியாக செதுக்கமுடியும்.
- இந்த பிரபஞ்சமானது காணக்கூடியதும், காணமுடி யாததுமான பல்வேறு விஷயங்களை பிரபஞ்ச தெய் வீகத் துகள்களின் ஆக்கத்தினால் உருவாக்கி, பேராற்றலால் உந்தப்பட்டு அதிர்வலைகளாக பிர பஞ்சமுழுதும் பயணிக்கின்றன என்பதை இங்கு நினைவுகூர்வோம்.
- இப்பிரபஞ்சத்தில் எல்லாம் ஆற்றலின் வடிவமே. ஒரு குறிப்பிட்ட ஆற்றல் அலைவரிசையில் நாம் பய ணிக்கும் போது அந்த அலைவரிசைக்கான சம்ப வங்கள் நம் வாழ்க்கையில் யதார்த்தமாகின்றன.

• ஆற்றலின் வடிவமேயான இப்பிரபஞ்சத்தில் நீங்களும் ஒரு ஆற்றலாகத் தான் அதிர்ந்து கொண்டிருக்கிறீர்கள். உங்கள் உணர்ச்சிகள் தான் ஆற்றல் அலைவரிசைகளாக வெளிப்பட்டுக் கொண்டிருக்கின்றன. அதன் அலைவரிசைக்குத் தான் பதில் உங்கல் வாழ்வில் உங்கள் விருப்பம் நிறைவேற்றப் படுவதாகவோ அல்லது நிராகரிக்கப்படுவதாகவோ கிடைக்கிறது.

• உங்களுக்கு இவ்வுண்மைகள் தெரிந்தாலும் தெரியவில்லை என்றாலும் நீங்கள் இவ்விதிகளை உங்கள் வாழ்வில் உட்படுத்தித்தான் வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறீர்கள்.

• தெரிந்தாலும் சரி தெரியவில்லை என்றாலும் சரி, நீங்கள் நன்மையை நினைத்து செயல்புரிந்த போது அது உங்களுக்கு கிடைத்திருக்கிறது. நீங்கள் தீயதை நினைத்தபோதும் அதற்கான பலன் கிடைத்திருக்கிறது.

•நீங்கள் எதன் மீது உங்கள் கவனத்தை செலுத்துகிறீர்களோ, அது உங்களுக்கு வேண்டியதோ வேண்டாததோ அது உங்களிடம் வந்தே தீரும்.

• நம்மில் எல்லோரும் எப்போதுமே நமக்கு வேண்டாததில் தான் கவனம் செலுத்துகிறோம். எனவே நம் வாழ்வில் எப்போதும் வேண்டாத விளைவே நடந்து கொண்டிருக்கிறது. உதாரணத்திற்கு "நான் மிகவும் குண்டாக இருக்கிறேன்" என்ற எண்ணம் உங்களை எடை குறைத்து மெலிதாக்காது. காரணம் நீங்கள் கவனம் செலுத்துவது குண்டாயிருப்பதில்.

• வேண்டும் என்பதில் தெளிவடைந்து அதிலேயே கவனம் செலுத்தும் போது அது நமக்கு கிடைக்கிறது.

உங்கள் விருப்ப வாழ்க்கையை வாழ வேண்டுமா இந்த நான்கின் கூட்டமைப்பை எப்போதும் மனதில் வைத்துக் கொள்ளுங்கள்

- நீங்கள் என்ன நினைக்கிறீர்களோ அது தான் நீங்கள்

- நீங்கள் என்ன காண்கிறீர்களோ அது தான் நீங்கள்

- நீங்கள் என்ன உணர்கிறீர்களோ அது தான் நீங்கள்

- நீங்கள் என்ன ஆற்றலில் அதிர்கிறீர்களோ அது தான் நீங்கள்

உணர்ச்சி ஏணியை அறிந்து கொள்வோம்

இதுவரை நமது விருப்பங்கள் எப்படி இந்த பிரபஞ்சத்தில் உருவாகின்றன என்று பார்த்தோம். அதிர்வலைகளும் எண்ணத்தின் வலிமையை குறித்தும் பார்த்தோம். பிரபஞ்சம் முழுதும் உள்ள அதிர்வலை இயக்கம் எண்ணத்தால் தூண்டப்படுவதைக் குறித்து பார்த்தோம். அதன் பலனாகவே நாம் விரும்புவது, அல்லது பிரபஞ்சத்தோடு ஒத்திசைந்த விருப்பம் ஆகியவை நமக்கு ஈர்த்து அல்லது சரியாக சொன்னால் உருவாகி கிடைக்கின்றன என்பதை அறிகிறோம். இப்போது ஒரு அடிப்படை விஷயத்தை புரிந்து கொள்ள வேண்டுகிறேன்.

எண்ணம் ஆற்றல் அலைகளாக பிரபஞ்சத்தில் செலுத்தப்படுகிறது என்றால் என்ன அர்த்தம் நாம் ஒரு விஷயத்தை குறித்து சிந்திக்கிறோம். உதாரணத்திற்கு ஒரு லட்டை பற்றி நினைக்கிறோம் என்று வைத்துக் கொள்ளுங்கள். உடனே என்ன நடக்கிறது

- லட்டை பற்றிய உருவமும், அதன் சுவையும் நமக்கு ஞாபகத்திற்கு வருகிறது.
- அதன் சுவை ஞாபகம் வந்தவுடன் நமது சுவை உணர்ச்சி தூண்டப்படுகிறது. லட்டு இப்போது சாப்

பிட்டால் நன்றாக இருக்கும் என்று அந்த உணர்ச்சி உங்கள் மனதிடம் தன் விருப்பத்தை தெரிவிக்கிறது.

- மீண்டும் மனம், "அட ஆமாம், லட்டு சாப்பிட்டால் நன்றாக இருக்கும். எவ்வளவு சுவையானது அது" என்று எண்ணத்தை வெளிப்படுத்தும்.
- லட்டு சாப்பிட வேண்டும் என்ற விருப்பம் எழுந்தாகிவிட்டது. இப்போது லட்டை சாப்பிட்டாக வேண்டும் என்று அதன் சுவை, அழகான நெய் மணம், சுவைக்கும் போது நாம் உணரும் இனிமை எல்லாமே "உணர்ச்சி அலைகளாக" வெளியேறுகின்றன. அது நம்மை மேலும் ஊக்கப்படுத்தி உடனே கடைக்கு கிளம்பிப் போய் அல்லது போகும் வழியில் ஒரு இனிப்பு கடையில் வண்டியை நிறுத்த வைத்து நீங்கள் லட்டு வாங்கும் வரையில் விடாது.
- மற்றொரு வகை உண்டு. லட்டை மனதில் நினைத்து உங்கள் விருப்பத்தை நீங்கள் உணர்ச்சி அலைகளாக பிரபஞ்சத்தில் செலுத்தியாகி விட்டது. அத்தோடு நீங்கள் அடுத்த வேலையில் நீங்கள் மறந்திருக்கக் கூடும். ஆனால் திடீரென்று ஒரு நண்பர் வீட்டுக்கு செல்கிறீர்கள் என்று வைத்துக் கொள்வோம். அங்கு இதோ உங்களுக்கு நீங்கள் விரும்பும் லட்டு கொண்டு வந்து வைக்கப்படுகிறது. "இன்னிக்கு காலைலதாங்க நினைச்சேன். லட்டு சாப்பிடனும்னு உங்க மூலமா நீங்கு கிடைச்சுடுச்சு" என்று சொல்லிக் கொண்டே லட்டை சாப்பிட தொடங்கி இருக்க மாட்டோமா நாம்

ஒரு லட்டில் இவ்வளவு அக்கப்போரா என்று நீங்கள் கேட்பது புரிகிறது. என்ன செய்வது, "நீங்கள் ஏதாவது உதாரணம் சொன்னால் நன்றாக இருக்கும்," என்று என்னிடம் கேட்பவர்கள் தான் அதிகம். ஒரு லட்டின் மேல் உள்ள நம் விருப்பம், உணர்ச்சி அலைகளாக பிரபஞ்சத்

தில் செலுத்தப்படுகிறது. நினைவிருக்கிறதா "மனமும்
அதிர்வலை இயக்கமும்" உங்கள் உணர்வுகள் தான் பிர
பஞ்சத்தின் மொழி. லட்டே பிடிக்காது என்று சொல்பவர்
கள் இருக்க வாய்ப்பில்லை. சரி, பாவக்காயை குறித்து
இதே ரீதியில் யோசித்தால் பாவக்காய் எல்லோருக்கும்
பிடிப்பதில்லை. "நீ மட்டும் இந்த காயை இப்படி வெறித்
தனமாக சாப்பிடுகிறாயே எப்படி" என்று என்னிடம் எல்
லோரும் கேட்பார்கள். என்னை மாதிரியே எல்லோரும்
இருக்கமாட்டார்கள் அல்லவா

சரி பாவக்காயை குறித்து நினைத்தவுடன் "ஐயோ
அது கசக்குமே, அது வேண்டவே வேண்டாம்", என்று
நினைக்கிறோம் என்று வைத்துக் கொள்ளுங்கள். இந்த
சிந்தனைக்கும் உங்கள் சுவை உணர்ச்சி கிளர்ந்தெ
ழும். எல்லாம் பழையது போலவே நடக்கும். இறுதி
யில் இன்றைக்கு உங்களுக்கு மதிய சாப்பாட்டில் ஆபீஸ்
கேண்டினிலோ ஹோட்டலிலோ (வீட்டில் உங்களுக்கு
பிடிக்காது என்று வாங்கி கொண்டு வந்திருக்க மாட்டீர்
கள் அல்லது செய்திருக்க மாட்டார்கள்) பாவைக்காய்
கொண்டு வந்து பரிமாறப்படும்.

"நான் கேட்கவே இல்லையே", என்று நீங்கள் தப்
பிக்க முடியாது. காரணம், இங்கு என்ன நடந்தது என்று
பாருங்கள். இங்கும் உங்கள் உணர்ச்சி அலை இயக்கம்
பிரபஞ்சத்திற்கு செலுத்தப்பட்டது. அதன் பதில்தான்
அது. நன்றாக நினைவில் கொள்ளுங்கள். நான் இந்த
உதாரணங்களின் வழி சொல்லி விட்டேன். லட்டை
நினைத்தாலும் சரி, கசப்பான பாவைக்காயை நினைத்
தாலும் சரி, உங்கள் உணர்வலைகள் உங்களுக்கா
னதை பிரபஞ்ச சமையலறையில் சமைக்கத் தொடங்கி
விடும்.

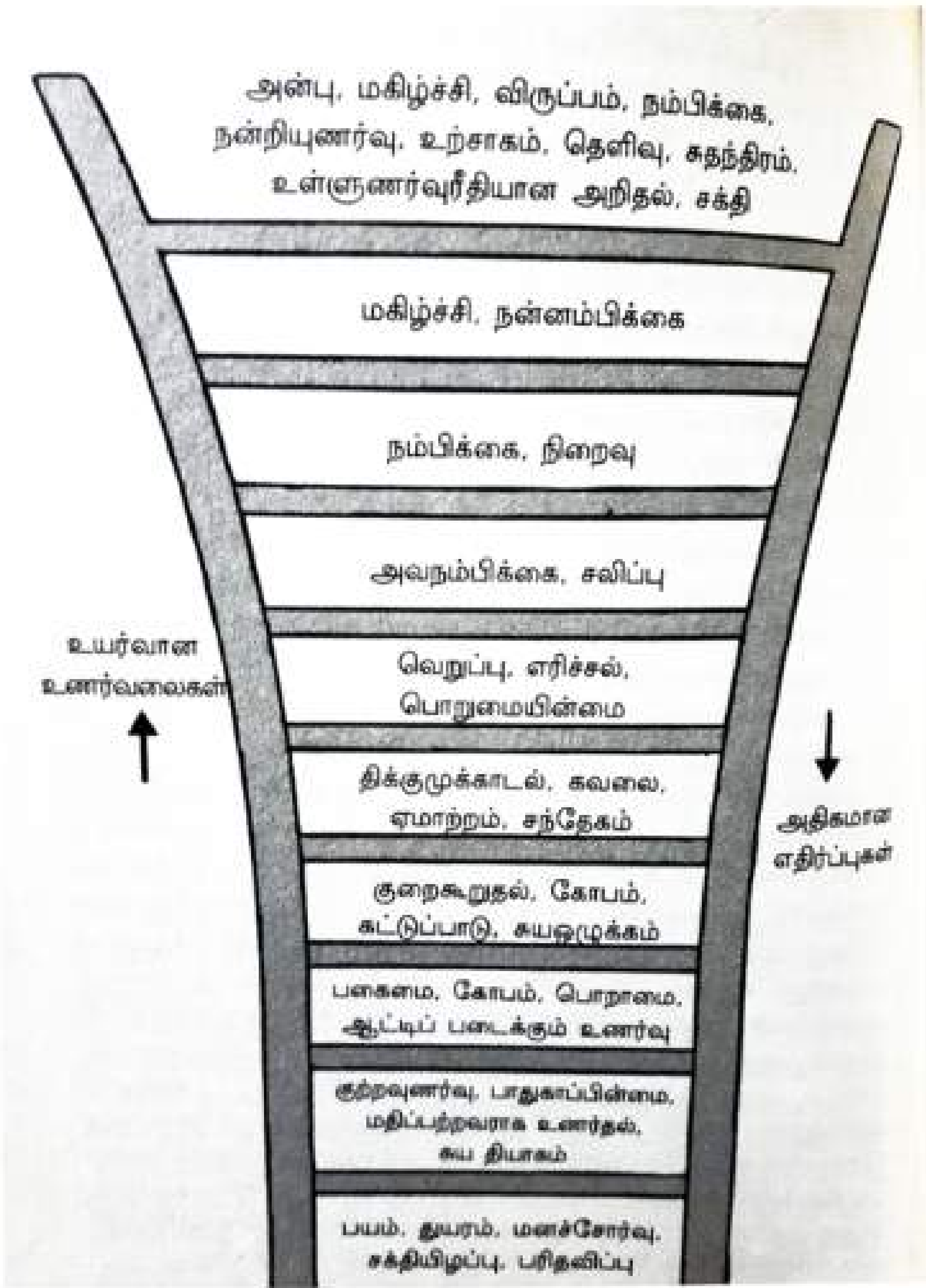
"நான் எப்போதுமே எனக்கு என்ன வேண்டும் என்
பதைத் தான் சார் நினைக்கிறேன். ஆனா கிடைக்கவே
மாட்டேங்குது", என்று என்னிடம் சொல்லும் எல்லோ
ரின் உணர்ச்சி அலைகளை ஆய்வு செய்யும் கேள்

விகளை கேட்டால் போதும் உண்மை விளங்கிவிடும். எல்லோரும் ஒன்று, "இதெல்லாம் நடக்குமா" என்று பயமும் சந்தேகம் நிரம்பியதாக இருப்பார்கள் அப்படி இல்லையென்றால், சந்தர்ப்பவசத்தால் சூழ்நிலைக்கை தியாக தினசரி வாழ்க்கையின் இன்னல்களில் உழன்று கஷ்டத்திற்கான உணர்வலைகளை பிரபஞ்சத்தில் செலுத்திக் கொண்டு இருப்பார்கள். எப்போது பார்த்தா லும் கஷ்டம், கஷ்டம் என்று சொல்பவர்கள் முன்னேற எத்தனை கஷ்டப்பட்டாலும் நடப்பதில்லை. அப்படியே அவர்கள் வாழ்வும் கூட முடிந்துவிடும். இது எல்லாம் அவர்களின் ஆழ்நிலையில் அவர்கள் எழுப்பும் உணர் வலைகளின் ஆற்றலில் விளைந்த பயன்களே. தீதும் நன்றும் பிறர் தர வாரா.

"நீங்கள் என்ன கொடுக்கிறீர்களோ, அதற்கேற்றார் போல் தான் பெற முடியும்", என்பது பிரபஞ்சத்தின் கொடுத்தல் மற்றும் பெறுதல் விதி. அதன் செயல்பாட் டிற்கான விதி தான் அது.

நீங்கள் உணர்வளவில் என்ன தெரிவிக்கிறீர்களோ, அதற்குத் தான் பதில். பட்ட காலிலேயே படும் என் பார்கள். கஷ்டம் என்று சொல்லும் போது மேலும் மேலும் கஷ்டம் ஏற்படுவது இதனால்தான். அதனால் நாம் நம் உணர்ச்சிகளின் தன்மைகளை நிச்சயம் புரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

இந்த படத்தில் காணும் உணர்ச்சி ஏணி என்பது ஈர்ப்பு விதி பயிற்றுவிப்பாளரான ஆபிரஹாம் ஹிக்ஸ்ஸி னால் உருவாக்கப்பட்டது. இதை எப்போதும் கருத்தில் கொள்ளுங்கள். நீங்கள் எந்த நிலையில் இருக்கிறீர்கள் என்று அவ்வப்போது பரிசோதித்துக் கொள்ளுங்கள்.



இனி வரும் பகுதிகளில் எல்லாம் நான் உங்களுக்கு இந்த உணர்வலைகளை மாற்றி, சக்திமிக்க இப்பிரபஞ்ச பிரவாகத்தில் இணையும் வழிகளையும், அவ்வப்போது அதிலிருந்து திசை மாறும் போது என்ன செய்து மீண்டும் அதே சக்தியோட்ட பாதைக்கு திரும்ப வேண்டும் என்றும் தான் பேசவிருக்கிறேன். நாம் இனி இதைத்தான் செய்யவிருக்கிறோம்.

- முதலில் நாம் என்னவாக இருக்கிறோம். நமது சிந்தனையோட்டம் எந்த விதமான உணர்வலைகளை செலுத்திக் கொண்டிருக்கிறது என்பதை உணரப் போகிறோம்.
- நம்மைக் கட்டுப்படுத்தும் விஷயங்கள் என்னென்ன என்பதை உணர்ந்து அவற்றைக் களையும் வழிகளை பார்க்கப் போகிறோம்.

- நம் விருப்பத்தை இந்த உணர்வின் மொழியால் எப்படி, என்னவெல்லாம் செய்து பிரபஞ்சத்திற்கு தெரிவிக்கலாம் என்று பார்க்க போகிறோம்.
- அடுத்து அதன் பலனாக பிரபஞ்சம் தரும் குறிப்புகளை அறிந்து செயல்பட கற்றுக்கொள்ள போகிறோம்.
- போகும் பாதையெல்லாம் இந்த எதிர்மறை உணர்ச்சிகள், நிகழ்ச்சிகள் நடந்தாலும், அது பிரபஞ்ச சக்தியோட்ட பாதையில் நம் விருப்பத்திற்கு எதிரானது என்பதை அறிந்து என்னவெல்லாம் செய்து மீண்டும் சரியான பாதையில் இணைந்து "இணை-ஆக்கத்திற்கு" முனைய போகிறோம்.

குழந்தையே, உலகம் எனும் கிரகத்திற்கு உன்னை வரவேற்கிறோம்

உங்கள் வாழ்க்கை எனும் களிமண், எப்போது வேண்டுமானாலும் எப்படி வேண்டுமானாலும் உருட்டப்பட்டு எந்த வடிவமாக வேண்டுமானாலும் ஆக்கப்படக்கூடியது என்பதை நினைவில் கொள்ளுங்கள். அது இப்போது எந்த வடிவத்தில் இருந்தாலும் கவலையில்லை.

இப்படி எனக்கு ஏற்கனவே யாராவது சொல்லியிருந்தால் மிக நன்றாக இருந்திருக்கும் என்று நீங்கள் இப்போது யோசிக்கலாம். கேட்பதற்கு நன்றாக இருக்கிறது அல்லவா. இப்படிப்பட்ட வார்த்தைகளை நீங்கள் இந்த உலகத்தில் நீங்கள் வந்த முதல் நாளிலேயே கேட்டிருந்தால் எவ்வளவு சிறப்பாக இருந்திருக்கும் என்று இப்போது நினைக்கலாம். எனில் நாங்கள் (ஆப்ரகாம்) உங்களுடன் அந்த முதல் நாளில் பேச வாய்ப்பு கிடைத்திருந்தால் இதைத்தான் சொல்லியிருப்போம்.

"வா குழந்தாய். உலகம் எனும் கிரகத்திற்கு உன்னை வரவேற்கிறோம். இங்கு உனக்கு

கிடைக்காதது என்று ஒன்றுமே இருக்க போவ தில்லை. இங்கு நீ எல்லாமும் செய்யலாம், எதை வேண்டுமானாலும் வைத்துக் கொள்ளலாம். நீ ஒரு அற்புத படைப்பாளி. நீ இங்கு ஒரு மனிதனாய் வர வேண்டும் என்பதே உன்னுடைய விருப்பம் தான். இங்கு வரும் போதே நீ "வேண்டுவன படைத் தல்" எனும் அற்புத அறிவியலின் புரிதலோடுதான் நீ பிறந்துள்ளாய். அதை பயன்படுத்தியே நீ இங்கு வந்துள்ளாய்.

போ. இந்த கிரகத்தில் உன்னுடைய வாழ்க்கையை வாழ். உனக்கு என்ன வேண்டுமோ அதில் உன் எண்ணத்தை செலுத்து, உனக்கு வேண்டிய வாழ் வியல் அனுபவங்களை தேர்ந்தெடுக்க உனக்கு உதவக்கூடிய எண்ணங்களை கருத்தில் கொள். பின்னர் அந்த அனுபவங்களை உன் சிந்தனாசக் தியால் ஈர்க்கத் தொடங்கு.

உன் வாழ்நாளில் பெரும் பங்கு உனக்கு என்ன வேண்டும் என்று தீர்மானிப்பதிலேயே, அதற்கான தகவல் சேகரிப்பதிலேயே கழிந்துவிடும்.கவனம் கொள். உன்னுடைய உண்மையான வேலை, முத லில் என்ன வேண்டும் என்று தீர்மானித்து, அதில் மட்டுமே கவனம் செலுத்தி அதனை படைத்து ஈர்ப்பது மட்டுமே. அதுதான் படைத்தலின் சாராம் சம், வழி; எண்ணம், மிகுதியான எண்ணம், உனக்கு என்ன வேண்டுமோ அதில் எண்ணம் செலுத்து, அதனால் உன்னுடைய அகம் உணர்வலைகளை பொங்க செய்யட்டும். உனது எண்ணத்தின் வலி மையும், அதனால் ஏற்பட்ட வலிமையும் உன்னை இப்பிரபஞ்சத்தில் ஒரு வலிமையான காந்தத்திர் கெல்லாம் காந்தமாக மாற்றுகின்றன. இதுதான் உனக்கு தேவையானதையெல்லாம், உனக்கு விருப்பமான வாழ்வியல் அனுபவங்களையெல் லாம் உன்பால் ஈர்ப்பதற்கான சூட்சுமம்.

ஒரு எச்சரிக்கை. நீ வாழப்போகும் வாழ்க்கையில் உன் மனதில் விழும் பல எண்ணங்களும் சக்திமிக்கதாக இருக்காது. நினைவில் கொள். அவற்றிற்கு உன் விருப்ப வாழ்க்கையை ஈர்க்கும் ஆற்றல் இருக்காது. நீ தான் அவற்றை உன் விழிப் புணர்விலேயே கவனமாக வைத்துக் கொண்டு அதற்கு ஆற்றல் பாய்ச்ச வேண்டும். உனது ஆற்றல் பாய்ச்சப்பட பாய்ச்சப்பட அந்த எண்ணங்கள் வலிமைமிக்கதாக ஆகின்றன. எண்ணங்கள் வலிமைமிக்கதாக ஆவதால், அதனால் தூண்டப்படும் உன் அகத்தின் உணர்வலைகள் சக்தி பெறுகின்றன. நீ நினைத்தது எதுவானாலும் பிரபஞ்சத்தில் அவற்றை படைத்து பெறும் ஆற்றலை பெறுகின்றன.

வலிமைமிகு எண்ணங்கள் சக்திமிக்க உணர்வலைகள், இவையிரண்டும் கொண்டு நீ பிரபஞ்ச சக்தியுடன் தொடர்பு கொள்கிறாய். போ, இந்த கிரகத்தில் உனது பயணம் தொடங்கி விட்டது, உனக்கு என்ன வேண்டுமோ அதில் உன் எண்ணத்தையும், கவனத்தையும் செலுத்து".

உணர்தல்

நாம் எல்லையற்றவர் என்பதை உணர்வோம்

நமது நம்பிக்கைகளே நமது வாழ்க்கையில் உள்ள எல்லாவற்றையும் தீர்மானிக்கின்றன என்பதை நீங்கள் ஏற்றுக் கொள்ள வேண்டும். அதனால்தான் எல்லோரும், "நம்பிக்கையோடு இரு" என்று நமக்கு அட்வைஸ் செய்வார்கள். இதை மேலோட்டமாக வெறும் "எல்லாம் சரியாக நடக்கும்" என்ற நம்பிக்கையாக மட்டும் பார்க்காமல் இன்னும் ஆழமாக சென்று நமது நம்பிக்கைகள் எப்படிப்பட்டவை என்று பார்ப்பது அவசியம் ஆகிறது. காரணம் நமது நம்பிக்கைகளே நமது சிந்தனைகளுக்கான மூலம். நீங்கள் ஒரு விஷயத்தைக் குறித்து எந்த மாதிரியான நம்பிக்கை வைத்திருக்கிறீர்கள் என்பதைப் பொறுத்துதான் அந்த விஷயத்தைக் குறித்து உங்களுக்கு எழும் எண்ணங்கள், அபிப்ராயங்கள் எல்லாம் இருக்கும். உங்கள் நம்பிக்கை நேர்மறையானதாகவும், எதிர்மறையானதாகவும் இருக்கலாம். என்ன நம்புகிறீர்களோ அதைத் தான் பெறுவீர்கள். ஈர்ப்பு விதி பற்றி என்ன சொல்லப்பட்டுள்ளது

கேளுங்கள், நம்புங்கள், பெறுங்கள்

மூன்று விஷயங்களில் கேளுங்களுக்கு பிறகு 'நம் புங்கள்' என்பது வருகிறது அதைத் தொடர்ந்து தான் பெறுங்கள். ஆக நம்பிக்கை உங்கள் விருப்பத்திற்கும் அதனை பெறுதலுக்கும் இடையில் ஒரு இணைப்பு பாலமாக இருக்கிறது. இந்த பாலம் உங்கள் நம்பிக் கையின் தன்மையை பொறுத்து இறுகலாம் அல்லது உடையலாம். பணம் கோடிக் கணக்கில் கிடைக்கும் என்று கேட்கும் பட்சத்தில் உங்கள் மனம் "அவ்வளவு பணமெல்லாம் நமக்கு கிடைக்குமா" என்று யோசிக்கத் தொடங்கிவிட்டால், உங்கள் நம்பிக்கையின் தன்மை சந்தேகத்திற்கு வழிவகுத்து,

"உங்கள் விருப்பம் எனது கட்டளை. உங்களுக்கு பணம் கிடைக்காது" என்று பிரபஞ்சம் பதில் தருகிறது. ஆகவே உங்கள் நம்பிக்கைகளை ஆராய்வது மிக முக் கியம் ஆகிறது.

உங்களது எந்த விருப்பத்தைக் குறித்தும் உள்ள நம்பிக்கைகளை ஆராய இப்பகுதிக்கான பயிற்சித் தாளை பயன்படுத்திக் கொள்ளவும்

உங்கள் நம்பிக்கைகள் உங்களின் கட்டுக்களை அவிழ்க்கலாம் அல்லது உங்களை கட்டுப்படுத்தலாம். எது ஒன்றுக்கும் உங்களால் முடியும், முடியாது என்று உடனடி பதில் சொல்ல வைப்பது உங்கள் நம்பிக்கை தான். அது உங்கள் ஆழ்மனதில் ஆழமாக பதிந்திருக் கும் பதிவு. சிறுவயது முதல் கட்டப்பட்ட ஒன்று. பாம்பைக் காணும் போது நமக்கு பயம் ஏற்படுகின்றதென்றால் அது நமக்கு சிறுவயது முதல் ஆழ்மனதில் நமக்கு விதைக் கப்பட்ட நம்பிக்கை. ஏதுமறியாத ஒரு குழந்தை அந்த பாம்பை கண்டு பயப்படுவதில்லை. பாம்பின் தன்மை அறிந்து அதை பிடிக்கத் தெரிந்தவனும் பயப்படுவ தில்லை. அவன் நம்பிக்கை அவனின் தன்மை மீதுள் ளது. அதனைத் தன்னால் லாவகமாக கையாள முடியும்

என்று அவன் நம்புகிறான்.அதற்கான வித்தை தனக்கு தெரியும் என்று நம்புகிறான்.

நெப்போலியன் ஹில் சொன்ன பிரபலமான வாக்கியத்தை இங்கு நினைவுகூற விரும்புகிறேன்

"உங்கள் மனது எதையெல்லாம் நினைக்கிறதோ, எதை செய்ய முடியும் என்று நம்புகிறதோ, அதை உங்களால் நிச்சயம் அடைய முடியும்"

உபநிஷதத்தில் சொல்லப்பட்டுள்ளதை காண்போம்

உங்கள் ஆழ்விருப்பம் எதுவோ அதுவே நீங்கள்

உங்கள் விருப்பம் உங்கள் எண்ணம் ஆகிறது

உங்கள் எண்ணம் எதுவோ அதுவே செயல் ஆகிறது

உங்கள் செயல் எதுவோ அதுவே உங்கள் வாழ்க்கை விதி ஆகிறது.

ஆழ்விருப்பம் என்பது உங்களின் நம்பிக்கையால் மட்டுமே விளையும். நீங்கள் கோடீஸ்வரராக வேண்டும் என்ற உங்கள் ஆழ்விருப்பம், "நிச்சயம் நான் கோடீஸ்வரனாவேன்" என்ற நம்பிக்கையின் பின்னணியில் இருக்கிறது. அதே போல உங்கள் நம்பிக்கை "நிச்சயம் நான் தோற்கப் போகிறேன்" என்பதாக இருந்தால் அதுவும் உங்கள் விருப்பப்படியே நடக்கும்.

நம்பிக்கை என்பது நமது ஆழ்மனத்தில் விதைக்கப்பட்டது என்று சொன்னேன். நமது வாழ்நாள் முழுதும் நமக்கு தெரிந்தும் தெரியாமலும் பல விஷயங்கள் நமது ஆழ்மனத்திற்குள் செல்கின்றன. அங்கு பதியப்படுகின்றன. யாரும் விருப்பப்பட்டு "நான் தோற்றுப் போய்விடுவேன்" என்று நம்புவதில்லை. ஆனால் ஆழ்மனதில் "தோற்கப்போகிறேன்" என்ற நம்பிக்கையும், வெளியில் வெறும் வாயளவில் "நான் நிச்சயம் ஜெயிப்பேன்" என்று சொல்வதாலும் எந்த பயனும் இல்லை. ஆனால் நமக்

கும் தெரியாமல் அது அப்படித்தான் இருக்கிறது. நம் ஆழ்மனதில் நம்மை கட்டுப்படுத்தும் நம்பிக்கைகள் தான் ஏராளமாக உள்ளது. இவற்றை மாற்றியமைக்கா மல் நம்மால் நம் விருப்பத்தை அடைய முடியாது.

ஏற்கனவே நம் இருத்தலை பற்றியும், பிரபஞ்ச பேராற்றலைக் குறித்தும், தெய்வீகத் துகள்கள் நம் மில் எந்தளவு நிறைந்திருக்கிறது என்பதையும் நாம் பார்த்தோம். எல்லையற்ற நாம் ஏதோ ஒரு வகை யில் ஒடுங்கி போயுள்ளோம். எந்த விதமான கட்டு களுக்குள்ளும் இல்லாத நாம், மனம் மற்றும் அதன் நம்பிக்கை உருவாக்கிய எல்லைகளுக்குட்பட்டு செயல் பட்டுக் கொண்டிருக்கிறோம். இப்போது நாம் செய்ய வேண்டியதெல்லாம் ஒரு விஷயம் மட்டும் தான். நம் முடைய எல்லைகளை நாம் கண்டறிந்து தகர்த்தெறிய வேண்டும். நம்மை கட்டுப்படுத்தும் தவறான நம்பிக்கை களை கண்டுபிடிக்க வேண்டும். நம்மை பேரானந்தத் தில் திளைக்கவைக்கும் நம்மை எல்லையற்றவர் என்று உணரவைக்கும் அனைத்து நம்பிக்கைகளையும் ஆழ் மனதில் பதிய வைக்க வேண்டும்.

இந்த உணர்தல் பகுதி முழுவதும், உங்கள் புரிதலுக் காக, ஒரு எளிய உவமையை வைத்து நீங்கள் உங்களை எப்படி எல்லைகுட்பட்டவராக ஆக்கி கொள்கிறீர்கள் என்று நான் விளக்கப்போகிறேன். அதே உவமையைக் கொண்டு அந்த எல்லைகளைத் தகர்த்து எப்படி பிரபஞ் சம் தரும் அனைத்து வளங்களுக்கும் உங்களைத் தயா ராக்கி கொள்வது என்பதையும் சொல்லப்போகிறேன். நாம் ஏற்கனவே கண்டது போல "உணர்வலைகள்" தான் பிரபஞ்ச மொழி. நீங்கள் எங்கு தவறுகிறீர்கள், எங் கெல்லாம் உங்கள் உணர்வலைகள் தமது ஆற்றலை இழக்கிறது, எந்த ஆழ்நம்பிக்கைகளை எல்லாம் மாற்ற வேண்டும் என்று அறிந்து கொண்டு சரி செய்ய இந்த பகுதி உங்களுக்கு உதவிகரமாக இருக்கும்.

என்ன அந்த உவமை என்று கேட்கிறீர்களா தன்னை சுற்றிக் கூடு கட்டிக் கொண்டு இருக்கும் புழு தன் நிலை உணர்ந்து தனது செயல்களை சரியாக செய்து ஒரு நாளில் பட்டாம்பூச்சியாக தான் கட்டிக் கொண்ட அந்த கூட்டை உடைத்து சிறகடித்து பறந்து செல்கிறது அல் லவா அது போல உங்கள் எல்லைகள் அனைத்தையும் தகர்த்து எல்லையில்லாதவர்களாக உங்களை பிரபஞ்ச பிரவாகத்தில் அதே துடிப்புடன், அதே ஆற்றலுடன் ஒழுக வைக்க இனி வரும் ஒவ்வொரு பகுதியும் உதவும்.

ஒரு சிறிய பயிற்சி

தயாரெடுப்பு:

உங்களைக் கட்டுப்படுத்தும் நம்பிக்கைகள் தகர்ந் தால் உங்கள் மனம் எப்படி உணரும் என்பதை நீங்கள் அறிய வேண்டுமா. இதோ உங்களுக்காக ஒரு சிறிய பயிற்சி. இதற்காக சிறிது நேரத்தை நீங்கள் ஒதுக்கிக் கொள்ள வேண்டும். தனியாக யாரும் உங்களை தொந் தரவு செய்யாதவாறு உள்ள ஒரு இடமாக தேர்ந்தெடுத் துக் கொள்ள வேண்டும்.

படி 1

ஒரு வெள்ளைக் காகிதத்தை எடுத்துக் கொள்ளுங் கள். இப்போது கையில் பேனாவை வைத்துக் கொண்டு உங்களுக்கு உங்கள் விருப்பம் நிறைவேற தடையாக இருக்கும் காரனங்களை எல்லாம் எழுதுங்கள். எந்த விதமான நம்பிக்கைகளெல்லாம் உங்கள் விருப்பத்தை நிறைவேற விடாமல் தடுக்கின்றன என்பதை பட்டியலி டுங்கள்.

உதாரணத்திற்கு பணம் கோடிக் கணக்கில் சம்பா திக்க வேண்டும் என்பதுதான் உங்கள் விருப்பம் என்று

வைத்துக் கொள்வோம். அதற்கு தடையாக இருக்கும் நம்பிக்கைகளில் சில இப்படி இருக்கலாம்.

- எனது தற்போதைய சம்பாத்தியம் பத்தாது
- கோடிக் கணக்கில் சம்பாதிக்க தேவையான திறமை எனக்கில்லை
- நான் ஏழை/நடுத்தரக் குடும்பத்தில் பிறந்தவன்

இப்படி அந்த நேரத்தில் என்னவெல்லாம் தோன்று கிறதோ அதையெல்லாம் பட்டியலிடுங்கள். இவ்வளாவு தானா என்று உங்கள் மனதிடம் மீண்டும் கேளுங்கள். எதையாவது மறந்து விட்டீர்களா என்று யோசியுங்கள். மீண்டும் ஞாபகம் வருவதையெல்லாம் எழுதுங்கள். உங்கள் பட்டியல் தயாரானவுடன் வேறு ஒரு காகிதத்தை எடுத்துக் கொள்ளுங்கள்.

படி 2

புதிய காகிதத்தில் உங்களை பற்றி நீங்கள் உயர்வாக நினைக்க கூடிய அனைத்து காரணங்களையும், அப்படி நீங்கள் நினைப்பதற்கான உங்களுக்கு நம்பிக்கையூட் டக் கூடிய விஷயங்களை எழுதுங்கள். இவையெல்லாம் வாசிக்கும் போதே உங்களுக்கு ஒரு புதிய உத்வே கத்தை உங்களுக்கு தரவேண்டும். நமது மேற்கண்ட உதாரணத்திற்கு நமக்கு உத்வேகம் அளிக்கும் சில நம் பிக்கைகள் இப்படி இருக்கலாம்.

- கோடிகள் சம்பாதிக்க சரியான திட்டமிருந்தால் அதை சரியாக செயல்படுத்தினால் போதுமானது.
- மரமண்டி வைத்திருந்தவர் கூட கோடீஸ்வரரான கதைகள் நம்மூரிலேயே கேட்டிருக்கிறோம்.

• தெய்வத்தால் முடியவில்லை என்றாலும் முயற்சி நிச்சயம் நல்ல கூலி தரும் என்று திருவள்ளுவர் சொல்லியிருக்கிறார்.

இப்படி உங்களுக்கு புத்துணர்ச்சியூட்டும் பல நம்பிக்கைகள் உங்கள் மனதில் இருப்பது உங்களுக்கே ஆச்சரியத்தை ஏற்படுத்தும். ஆனால் அப்படியெல்லாம் எதுவும் இல்லை என்று உங்கள் மனது சொல்கிறது என்றால் உடனே அதனை முதல் காகித்தில் எழுதி விடுங்கள். அதுவும் ஒரு கட்டுப்படுத்தும் நம்பிக்கைதானே.

படி 3

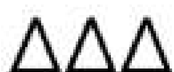
இரண்டு பட்டியல்களையும் ஒரு முறை சரிபாருங்கள். முதல் பட்டியலில் உள்ளவை குறித்து ஒரு முறை சிந்தியுங்கள். அந்த நம்பிக்கைகளெல்லாம் எப்படி உங்களை உங்கள் கனவுகளை, விருப்பங்களை அடைய விடாமல் தடுத்துக் கொண்டிருக்கிறது என்பதை புரிந்து கொள்ளுங்கள். இதைப் படிக்கும் போது எப்படி உங்கள் "உணர்வலைகள்" வெளிப்படுகிறது என்பதை கண்காணியுங்கள். உங்கள் மனம் எதிர்மறையை நாடுவதை கவனியுங்கள். இப்போது இதே போல் இரண்டாவது பட்டியலிலுள்ளவை அனைத்தையும் பாருங்கள். இவையெல்லாம் உங்கள் மனதின் ஆழத்தில் உள்ளதை அறிந்து கொள்ளுங்கள். இவை நேர்மறை நம்பிக்கைகள். உங்களுக்கு மேன்மை தரக்கூடியவை.

படி 4

இப்போது முதல் பட்டியலை எந்த விதமான தயவு தாட்சண்யமும் இல்லாமல், எந்த யோசனையும் இல்லாமல் எரித்து விடுங்கள். அந்த காகிதம் எரியும் போது, ஆழமாக ஆழ்மனதில் "என்னைக் கட்டுப்படுத்தும் நம்பிக்கைகள் அனைத்தும் எரிந்து சாம்பலாகின்றன,"

என்று மீண்டும் மீண்டும் சிந்தியுங்கள். முடிந்தால் வாய் விட்டு கூறுங்கள். அதே நேரத்தில் உங்கள் உணர்வலை களை கவனியுங்கள். நிச்சயம் உங்களுக்குள் ஒரு புதிய ஆற்றல் எழுந்தது போல இருக்கும். ஒரு புதிய பலம் உங் களுக்கு கிடைத்தது போல இருக்கும் முயற்சி செய்து பாருங்கள்.

முடிந்தால் உங்களுக்கு உத்வேகம் ஊட்டும் இந்த நம்பிக்கைகளை உங்கள் பார்வைபடும் பல இடங்களில் நகல் எடுத்து வையுங்கள். இதனால்தான் பொன்மொழி களை, சுயமுன்னேற்ற வாசகங்களை எல்லாம் பார்க்கும் போது நமக்கு புதிய உற்சாகம் பிறக்கிறது. உங்கள் புதிய பலப்படுத்தும் நம்பிக்கைகள் உங்கள் ஆழ்மனதில் பதிய இந்த நடவடிக்கை உதவும்.



இருத்தல், செய்தல், பெறுதல்

கிரியேட்டிவ் விசுவலைசேஷன் எனும் அகக் காட்சிப்படைப்பைக் குறித்த மிகப் பிரபல மான புத்தகத்தை எழுதிய "சக்தி கவெய்ன்" தனது புத்தகத்தில் நமது வாழ்க்கையை குறித்து கண் டறிந்த ஒரு விஷயத்தை எழுதியிருந்தது என்னை மிக வும் கவர்ந்தது. அதை என்னுடைய பயிற்சி நிகழ்ச்சிகளி லும் காணொளிப்பயிற்சிகளிலும் நான் சொல்ல மறந்த தில்லை. இந்த புத்தகத்தின் அடிப்படைகளில் அதுவும் ஒன்று.

வாழ்க்கையில் பொருளுக்கான ஓட்டத்தில் எவ்வ ளவோ ஓடியிருக்கிறேன். உணவு உறக்கம் இல்லாமல் ஓடியிருக்கிறேன். எவ்வளவு ஓடியும் பயனில்லையே என்று என் மனம் கஷ்டப்படும். வாழ்க்கையே சூன்ய மாக இருளும். என்ன செய்வதென்று தெரியாது. மற்ற வர்களுக்கெல்லாம் கொட்டிக் கொடுக்கும் இறைவன் என்னை மட்டும் வஞ்சிக்கிறான் என்று தோன்றும். அப் போதுதான் சக்தி கவேய்னின் வாசகம் என் மனதில் ஒரு புதிய பொறியை உண்டாக்கியது. வாழ்வே தலைகீழாக மாறத் தொடங்கியது. அப்படி என்ன சொன்னார் அவர்

சக்தி கவெய்ன் நம் வாழ்வில் உள்ள மூன்று பகுதிகளைக் குறித்து சொல்கிறார் : இருத்தல், செய்தல், பெறுதல். முதலில் அவர் என்ன சொன்னார் என்பதை அவரின் வார்த்தைகளாகவே பார்த்து விடுவோம். பின்னர் இன்னும் விளக்கமாக அவற்றை ஆராய்வோம்.

"நாம் எல்லோரும் மகிழ்ச்சியாக வாழ (being), ஏதோ சிலபல செயல்களை கடுமையாக செய்து (doing), பொருட்களை, செல்வத்தை சேகரிக்க (having) முயற்சி செய்கிறோம். இதற்காக கடுமையாக ஓடுகிறோம். ஆனால் இந்த பிரபஞ்சத்தின் வடிவமைப்பு தலைகீழானது. நாம் முதலில் நம் உண்மையான இருத்தலின் இயல்பை (being) புரிந்து கொள்ள வேண்டும். அது நம்மை என்ன செய்ய வேண்டும் (doing) என்பதை தெளிவுபடுத்தும். அந்த தெளிவே நமக்குத் தேவையான அனைத்தையும் பெற்றுத்தரும் (having)"

அவர் பெயருக்கு ஏற்றார் போல் மிகுந்த சக்திமிக்க வார்த்தைகள் இவை. அள்ள அள்ள குறையாத பிரபஞ்ச இருப்பை நான் உணர்ந்து கொண்ட போது, எனது இருப்பின் உண்மையை புரிந்து கொண்ட போது, என் செயல்கள் எல்லாம் பிரபஞ்ச பேராற்றல் வழிநடத்தியபடி அமைந்தன. எனது தேவைகள் அனைத்தும் நிறைவாக பூர்த்தி செய்யப்பட்டன.

நம்மில் ஏனையோரும் நமது ஆற்றலை என்னை போல் செய்தலிலும் பெறுதலிலுமே செலவழித்துக் கொண்டிருக்கிறோம். ஆனால் நமது இருத்தலான "உள்ளது உள்ளபடி பார்த்தலில்" நமது மனம் நிலை கொள்வதில்லை. நமது உண்மையான தன்மையை உள்ளது உள்ளபடி பார்க்கும் போது நம் பாதை வேறு கோணத்தில் விரிவடைகிறது. இதுவரை நம்மிடம் எது

வும் இல்லையே என்ற கோணத்தில் நாம் "அது தேவை, இது தேவை" என்று ஓடியிருப்போம். மனம் என்ன இருக்கிறதோ அதில் திருப்தி கொண்டிருக்காது. அதனால் குறைபாட்டு மனப்பான்மை, ஏக்கத்துடன் கூடிய ஓட்டம், கடின போராட்டம் போன்ற அனைத்து எதிர்மறை செயல்களையும் நாம் செய்து நம் கனவை நோக்கி ஓடிக் கொண்டிருப்பதாக கற்பனை செய்து கொண்டிருப்போம். ஆனால் இந்த புரிதலின் ஓட்டம் அப்படிப்பட்டதாக இருக்காது.

"போதுமென்ற மனமே பொன் செய்யும் மருந்து" என்ற பழமொழியைக் குறித்து எத்தனை பேர் ஆழமாக சிந்தித்திருப்போம். இருப்பது போதுமென்று காணும் பொருட்களை பார்த்து திருப்தியுறுவதல்ல அது. இப்பிரபஞ்சத்தில் எல்லாம் கொட்டிக் கிடக்கிறது இந்த அபரிமிதத்தை பார்த்து திருப்தியுறுவது அது. இந்த பிரபஞ்ச அபரிமித்தை பார்க்கும் போது மனம் தன்னால் எல்லாம் நடக்கும் என்று நம்பிகையுறுகிறதல்லவா அந்த எண்ணமே பொன் செய்யும் மருந்து. நம் ஓட்டம் இனி அந்த வகையில் இருக்கத் தொடங்கிவிடும்.

நம்மில் எத்தனை பேரால் இந்த பொழுதில், முழுமையாக, மனநிறைவுடன், முழு விழிப்புடன் வாழ முடியும் அப்படி ஒவ்வொரு கணமும் வாழத்தொடங்கி விட்டால் பிரபஞ்சம் நமக்கு உணர்த்தும் அத்தனையையும் உணர்ந்து கொள்ள முடியும். நம் இருத்தலின் மகத்துவத்தை உணர முடியும்.

"இருப்பதே போதும்", என்று நினைக்கும் மனம் அமைதியில் லயித்திருக்காதா என்ன நம் மனம் அமைதியின் பரிபக்குவத்தில் திளைக்கும் போது, தானே அது மற்றவருக்கும் பரவும். உங்கள் மனம் இருப்பதை கண்டு ஆனந்திக்கும் போது அபரிமிதத்தை கண்டு நன்றியுணர்வு கொள்ளும். நன்றியுணர்வு மேலும் சுற்றியுள்ளோரிடத்து அன்பு செலுத்த வைக்கும். அன்பு உறவுகளில் சீர்நிலையை கொண்டு வரும். உறவுகள் சீராகும் போது

உங்கள் மகிழ்ச்சி மேலும் பன்மடங்கு பெருகும். அடுத்து என்ன செய்ய வேண்டும் என்று பிரபஞ்ச பேராற்றலால் அறிவுறுத்தப்படும். அதை நீங்கள் செய்யத் துவங்குவீர் கள். ஏற்கனவே உங்கள் மனநிலை ஆனந்தமாகவும், அமைதியாகவும், அதிக ஆற்றல் மிக்க உணர்வலை களை பிரபஞ்சத்திற்கு செலுத்துவதாகவும் இருப்பதால், நீங்கள் எச்செயலை செய்தாலும் அது வெற்றி பெறும். உங்களுக்கு வேண்டியது எல்லாம் கிடைக்கும்.

மறுவார்த்தைகளில் சொன்னால் உங்களுக்கு நீங் களே முழுமையாக உணரத்தொடங்குவீர்கள். உங்க ளின் நிறைவு உங்களில் தொடங்கி உங்கள் உல கமனைத்தும் விரிவடையும். மற்றவர்களிடம் இருந்து எடுக்க வேண்டும் என்ற எண்ணம் உங்களிடம் இருந்து மறையத்தொடங்கும். எது எடுத்தாலும் அது அபரிமி தமான பிரபஞ்சத்தில் இருந்து கிடைக்கிறது, கேட்பது எல்லாம் இப்பிரபஞ்சத்தில் ஏற்கனவே உள்ளது என்ற எண்ணம் உங்களுக்கும் உருவாகத் தொடங்கும்.

பொன் செய்யும் வழிகள்

உங்களுக்கு போதும் என்ற மனநிலை வந்து விட்ட தற்கான அறிகுறிகள் நீங்கள் செயல்படும் விதத்திலேயே அறிந்து கொள்ள முடியும். அந்த மனநிலையில் நீங்கள் தானாகவே எல்லாம் கொடுக்கத் துவங்கி விடுவீர்கள். "இருந்தால்தானே கொடுக்க முடியும்" என்ற எண்ணமே வராது. எல்லாம் நிறைந்து இருக்கிறது என்ற நம்பிக்கை நிறைந்து இருக்கும். இதை செய்ய வேண்டும், அதை செய்ய வேண்டும் என்ற எண்ணமே வராது மாறாக உங்களது ஒவ்வொரு கணத்தையும் நீங்கள் கொண் டாட ஆரம்பித்து விடுவீர்கள். லட்சியத்தை நோக்கி யுள்ள உங்கள் ஓட்டம் மறைந்து விடும். வாழ்க்கையை இந்த நொடியில் ரசித்து வாழத் தொடங்கிவிடுவீர்கள். இப்படிப்பட்ட மனநிலையில் நீங்கள் உங்களிடம் என்ன

இருக்கிறதோ அதை மற்றவர்களுக்கு கொடுத்து வாழ, பகிர்ந்து வாழ நினைப்பீர்கள்.

கொடுத்தால் என்ன நடக்கும் கொடுத்தல் மற்றும் பெறுதல் விதி அல்லது ஈடு செய்தல் விதி என்ன சொல் கிறது. "நீங்கள் கொடுத்ததற்கு இணையாக பெறுவீர் கள்" என்கிறது. ஒரு சிறுவனின் அழுகைக்கு நீங்கள் சிரிப்பூட்டியது யாரோ ஒருவருக்கு ஒரு கோடி ரூபாய் கொடுத்ததற்கு சமானமாக இருக்கும். அந்த தருணத் தின் மதிப்பு அது. அந்த மதிப்பு வரவு வைக்கப்படும். உங் களுக்கு தக்க தருணத்தில் ஒரு கோடி ரூபாய் கிடைப் பதற்கு அந்த ஒரு சிறிய செய்கையே வாய்ப்பை ஏற்ப டுத்தி விடும். எதையும் எதிர்பார்க்காமல் கொடுத்தோம் ஆனால் அது பெற்று தந்தது என்னவென்று பார்த்தீர் களா

இப்படி ஒரு கோணத்தை நாம் பலரும் சிந்தித்தி ருக்க மாட்டோம். இல்லையெனில் சிந்தித்திருப்போம் ஆனால் செயல்படுத்தி இருக்க மாட்டோம். பொது வாக மற்றவர்களுக்கு ஏன் கொடுக்க வேண்டும் என்ற எண்ணம்தான் நமக்கு ஏற்படும். நாம் எல்லாம் ஒன்றே என்ற எண்ணம் நம்மில் விளைந்து விட்டால் போதும். இதற்கும் வாய்ப்பே இல்லை. இதை நாம் ஏற்கனவே பார்த்து விட்டோம். இப்போது சொல்லுங்கள் இந்த மன நிலை உங்களுக்கு வேண்டுவதை எல்லாம் பெற்றுத்த ரும் அல்லவா

சில உபாயங்கள் சொல்கிறேன்:

- பொருட்களைத்தான் கொடுக்க வேண்டும் என்பது இல்லை. உங்களிடம் இருப்பது என்று எதை நீங்கள் நினைக்கிறீர்களோ அதை கொடுக்கலாம். பிரபஞ்ச விதிகள் குறித்து நான் அறிந்த சமயத்தில் பொரு ளாதாரத்தில் நான் ஜீரோவாக இருந்தேன். என் னிடம் இருந்தது என்னுடைய கணிப்பொறி மட்டும் தான். இருந்தாலும் சரி அதைக் கொண்டு நான்

அறிந்தவற்றை வலைதளங்களாகவாவது பகிர்ந்து கொள்வோம் என்று நான் கிட்டதட்ட 9 வருடங்களுக்கு முன் தொடங்கியது தான் இன்று இந்த புத்தகம் வரை வந்து நிற்கிறது. இடையில் எத்தனையோ பொருளாதார ஏற்றத் தாழ்வுகள் வந்து போயிருந்தாலும் மனநிறைவுக்கு மட்டும் என்றும் குறைவிருந்ததே இல்லை.

- எந்த செயலையும் செய்தால்தான் இது கிடைக்கும் என்று எண்ணாமல், ஒவ்வொரு நொடியையும் முழுமையாக ரசித்து அனுபவித்து கடக்க பழகுங்கள். நித்தம் நித்தம் பிரபஞ்சம் உயிர்துடிப்புடன் உங்களுக்கு சாதகமாகத்தான் இயங்கிக் கொண்டிருக்கிறது என்று நினைவு கொள்ளுங்கள்.
- நீங்கள் என்றென்றும் வழிநடத்தப்படுகிறீர்கள் என்பதை முழுமையாக உணருங்கள். அந்த நம்பிக்கையே போதும். நீங்கள் முதலடியை எடுத்து வைத்தால் போதும். உங்கள் பாதை உங்கள் கண்முன் விரியத்தொடங்கும். பாதையின் வழி நெடுக குறிப்புகள் கொண்டு ஒவ்வொரு கணமும் நீங்கள் வழிநடத்தப்படுவீர்கள்.

எல்லாம் இழந்திருந்த எனக்கு நம்பிக்கையை விதைத்த

என்றென்றும் இறை பேராற்றல் என்னை வழி நடத்திக் கொண்டிருந்தது. வாழ்வில் எப்போதும் மதங்களை தாண்டிய இறை நம்பிக்கை என்னை ஆட்கொண்டிருந்தது என்பது மட்டும் உண்மை. அனைத்து மதப்பிரிவுகளிலும் நண்பர்கள் அமைந்திருந்தது ஒரு பெரிய வரப்பிரசாதம் என்றே சொல்லுவேன். அவ்வப்போது இந்த அனைத்து மதங்களும் கொண்டிருக்கும் ஒரே உண்மையை குறித்து அசை போடுவேன். அந்த வகையில் அன்பின் வலிமையையும் மன்னிப்பின் அபார சக்தியையும் எனக்கு உணர்த்தியது ஏசு கிறிஸ்து. நான் அனிமேஷன் பயிற்றுவிக்கும் ஆசிரியராக கேரளாவில் ஒரு கல்லூரியில் வேலை செய்து கொண்டிருந்த நேரத்தில் அங்கிருந்த மாணவர்களில் முக்கால் வாசி பேர் கிறித்தவர்கள். மாணவ சமுதாயத்தோடு தினசரி வாழ்க்கையை கழிப்பதே மிகவும் சுவார

சியமான ஒன்று. நம்மிடம் இருந்து அவர்கள் கற் றுக் கொள்கிறார்கள் என்பதை விட அவர்களிடம் இருந்து நாம் எதையோ புதிது புதிதாகக் கற்றுக் கொள்கிறோம் என்பது தான் உண்மை. வாழ்வின் அசாதாரண உண்மைகளை மிக எளிதில் அவர்க ளிடம் இருந்து கற்றுக் கொள்ளலாம்.

அப்படி ஒரு மாணவன் என் வாழ்வின் இருண்ட நாட்களிலும் என்னுடன் தொடர்பில் இருந்தான். நானோ எல்லாம் தொலைத்த நிலையில் இருந் தேன். நான் தொலைத்தது பணம் மட்டும் அல்ல, எத்தனையோ மனிதர்களை, எத்தனையோ பொருட்களை.. எல்லாம். என் மனதில் வெம்பிக் கொண்டிருந்தபோது இயேசு அனுப்பிய தேவதூ தன் போல வந்தான் அந்த மாணவன் எனக்கு அந்த பாடம் புகட்ட. அது எனக்கு பிரபஞ்ச அபரிமி தத்தை தெளிவாக புரிய வைத்தது. இறை பேராற் றலின் சக்தியை, அதன் எல்லையற்ற தன்மையை தெள்ளத்தெளிவாக என் ஆழ்மனதில் வரைந்து பதிப்பித்தது.

"சார், நீங்கள் எல்லாம் இழந்து விட்டீர்கள் என்று இப்படி மனசொடிந்து இருப்பது ஏன்? யோபுவின் கதை தெரிந்தால் நீங்கள் இப்படி இருக்க மாட் டீர்கள்", என்று அவன் சொன்ன அந்த கதையை இங்கு உங்களுக்காக தந்திருக்கிறேன்.

யோபு ஒரு செல்வந்தன். அதே சமயத்தில் எல்லா செயல்களுக்கும் இறைவனுக்கு என்றென் றும் நன்றி கூறி துதி பாடுபவன். சிறிய வயது முதல் அவனது தந்தை அவனுக்கு சொல்லிக் கொடுத்தது இரண்டே இரண்டு தான், "வாழ்வின் தொடக்கமும் முடிவும் இங்கே, இப்போது தான்" மற்றும் "இறைவன் தனது படைப்புகள் யாவை யும் என்றென்றும் ஆசீர்வதித்துக் கொண்டிருக்கி றான்". இதை முழுமையாக தன் மனதில் ஏற்றுக்

கொண்ட யோபு அவனுடைய வாழ்வில் அவன் பெற்ற அனைத்து சௌபாக்கியங்களுக்கும் இறை வனே காரணம் என்று எப்போதும் இறை சிந் தனையிலேயே இருக்கின்ற பேராளன். அவனை விட உலகில் சிறந்த இறைபக்தன் யாரும் இல்லை என்று சொல்லி விடலாம். அவனது குணத்திற்கு தகுந்தாற்போல் அவனுக்கு குடும்பம், பிள்ளைகள் அவனுக்கு பணிவிடை செய்ய வேலையாட்கள் என்று எல்லாம் நிரம்பிய அழகான வாழ்க்கை அவ னுடையது.

பூவுலகில் இப்படியிருக்க ஒரு நாள் தெய்வசபை யில் பிதாவாகிய தெய்வம் வீற்றிருக்க, மற்ற இறைத் தூதர்களும் எல்லோரும் அங்கே கூடி இருக்கிறார் கள். ஏதோ ஒரு பேச்சின் இடையில் மிகுந்த இறை பக்தியுடையவனாக யோபுவை குறித்து பிதாவாகிய இறைவன் குறிப்பிடுகிறார். அப்போது அங்கு வந்த சாத்தான் குறுக்கிட்டு, "அப்படியெல்லாம் ஒன்று மில்லை. வேண்டுமென்றால் எனக்கு ஒரு வாய்ப்பு தாருங்கள். நான் நிரூபித்து காட்டுகிறேன்," என்று சொன்னது.

இறைவனும் சரி என்று தலையசைக்கவே, சாத் தான் ஒரு முறையல்ல மூன்று முறை அவனிடம் இருந்த அனைத்தையும் ஒவ்வொன்றாக பறித்து அவனை நோயாளியாக்கி அவனை படுத்த படுக் கையாக்கியது. அவனது செல்வம் எல்லாவற்றை யும் பறித்தது. அவனது குடும்பம் அவனுக்கு இல் லாதாக்கியது. அவனது மிகப்பெரிய சொத்தான ஆரோக்கியத்தை குன்ற வைத்தது. சீழ் படிங்க தேகத்தை அவனுக்கு அளித்தது. இப்படியெல் லாம் சாத்தானின் செய்கையால் நோகடிக்கப்பட்ட யோபு ஒவ்வொரு முறையும்

"என் இறைவன் என்னை பார்த்துக் கொள்வார். அவர் சித்தம்படி நடக்கட்டும்", என்று இறை

பக்தி மாறாமலே இருந்தான். தன் நோய் பெருகி மனைவி முதல் கொண்டு வெறுக்கும் நிலைக்கு தள்ளப்பட்டான் யோபு. இறுதி நிகழ்வாக இதற் கெல்லாம் தானோ தன் குடும்பத்தாரோ இறை பக்தியில் எதோ ஒரு பிழை செய்து விட்டதனால் இருக்கக்கூடும் என்று நம்பிய யோபு, தன் குடும்பத் தினர் அனைவரையும் அவனது மூத்த மகன் வீட் டிற்கு ஒரு பிரார்த்தனைக்கு வரவழைத்த போது, விடே தரைமட்டமாகி தன் குடும்பம் மொத்தமும் இழந்தான். இதன் காரணம் புரியாமல் வேத னையுற்ற யோபு, அருகிலிருந்த பாலைவனத்தில் உணவு, நீரின்றி கடுமையாக இறைவனிடம் கார ணம் வேண்டி நின்றான்.

"இவ்வளவு நடந்திருக்கிறதே, இவை யாவும் உன் பாவத்தின் விளைவாக இருக்குமோ. இல்லை ஆண்டவர் உன் மீது காரணமில்லாமல் கோபம் கொண்டிருக்கிறாரா என்ன? என்னவாகினும் நீ பெரிய பக்தி மானாயிற்றே. இறைவனிடம் மன் னிப்பு கேட்டு புதிய வாழ்க்கையை தொடங்கு யோபு", என்று தனது மூன்று நண்பர்கள் அவனை அங்கிருந்து கூட்டி செல்ல முயன்றார்கள். ஆனா லும் யோபு மனம் தளரவில்லை. அவனது ஒரே கேள்வி, "தான் செய்த தவறு என்ன?" என்று மாத்திரமே இருந்தது. இறுதியில் ஒரே ஒரு முறை மட்டும் சிறிது தளர்ச்சியில்,"ஏன் ஆண்டவன் என்னிடம் இப்படி நடந்து கொள்கிறானோ தெரி யவில்லை. ஆண்டவன் ஒன்றும் விளையாட்டுக் காரனல்ல. நான் ஏதோ தவறு செய்திருக்கிறேன் போலிருக்கிறது. இறைவனுக்கு ஒவ்வாத செயலை செய்த நான் மடிய வேண்டியதுதான்", என்று சொல் கிறான்.

அப்போது எலிஹூ என்ற சிறுவன் அந்த வழி யாக கடந்து செல்கிறான். அவன் மூலமாக ஒலிக் கத் தொடங்கிய இறைவன், "யோபு, என் மீது

நம்பிக்கை இழந்துவிட்டாயா யோபு? எதுவும் என் அனுமதியின்றி இந்த பிரபஞ்சத்தில் நடக்காது என்பதை மறந்து விட்டாயா? என்னை நம்பினோர் கைவிடப்படார். உனக்கு ஏன் அப்படி நடந்தது என்று கேள்வி கேட்பதை விட இதை "எனக்கு ஏதோ ஒரு காரணத்தினால் இறைவன் உண் டாக்கினானாகில் என்னை குணப்படுத்தவும் அவ னுக்கு தெரியும்", என்று ஏன் சொல்ல மறந்தாய்? என் ஆற்றலானது யாராலும் அளக்கமுடியாதது என்று உனக்குத் தெரியாதா? என்னால் முடியாதது என்று ஒன்று உண்டா? வானத்து விண்மீன்களை எண்ணிப்பார்த்து இத்தனை என்று சொல்லமுடி யுமா யாராலும்? ஒரு மரத்தில் இத்தனை இலைகள் இருக்கிறது என்று எண்ணிவிட முடியுமா யாரா லும்? ஆனால் விண்மீன்களையும், ஒரு விதையி லிருந்து முளைக்கும் பல மரங்களைப் படைத்தவ னாக நான் இருக்கிறேன். இதைப் புரிந்து கொண் டவர்கள் எல்லாம் என்னிடமிருந்து பெறுகிறார் கள். எல்லா நலனையும் அடைகிறார்கள்," என்று முழுங்குகிறார்.

அடுத்து தான் ஏதோ ஒரு சக்தியால் ஆட் கொள்ளப்பட்டு மீண்டு வந்ததை போல எலிஹூ மயக்கத்தில் இருந்து விடுபட்டவனாய் எழுகி றான். அவனை கட்டித் தழுவிய யோபு, "என் தவறை சுட்டிக் காட்டி விட்டாய் தம்பி. இல்லை, இல்லை, இறைவன் உன்னுருவில் வந்து எனக்கு தெரிவிக்க வேண்டியதை தெரிவித்திருக்கிறான்.," என்று கட்டித் தழுவிக் கொள்கிறான் யோபு. பின் னர் சாத்தானால் பறிபோன அனைத்தையும் இரும டங்காக இறைவன் யோபுவுக்கு திரும்ப கொடுக்கி றார்.

இப்படி முடிகிறது யோபுவின் கதை. பைபிள் வாசித்தவர்களுக்கு யோபுவின் அத்தியாயம் கண் டிப்பாக தெரிந்திருக்கும். அதில் இன்னமும் விளக்

கமாக இருக்கும். இந்தக் கதையை சொல்லி முடித்த என் மாணவன்,

"சார், பார்த்தீர்களா? இறைவன் எவ்வளவு பெரிய வன் என்பது புரிந்து கொள்ளுங்கள். இறைவனால் முடியாதது ஒன்றுமில்லை. எல்லாம் இழந்து விட யோபு இறைவன் மீதிருந்த நம்பிக்கையை மட்டும் கைவிடவில்லை. அவன் தன்னைத்தானே சாடிக் கொண்டானேயொழிய, இறைவன் மீது துளிய ளவும் கோபப்படவில்லை. புகார் கூறவில்லை. ஆனாலும் அவனுக்கு ஏன் இந்த நிலைமை என்ற ஒரு சிறு கேள்வி மட்டும் அவனிடம் இருந்தது. அதையும் அவன் "இது எல்லாம் அந்த இறைவ னின் செயல்", என்று நம்பிக்கையுடன் இருந்திருந் தானேயானால்? ஆண்டவர் அதைத்தான் விரும் புகிறார். முழு நம்பிக்கை கொள்ளுங்கள். இது எல்லாம் ஏதோ ஒரு காரணத்திற்காக நிகழ்ந்தி ருக்கிறது என்று உணருங்கள். உங்கள் இறை சிந்தனையை மற்றவர்களுக்கு எடுத்து சொல்ல வும், உங்களுக்கு தீங்கு விளைவிக்கும் சாத்தா னின் செயல்களை முறியடிக்கவும் இது ஆண்டவ ரது ஒரு திட்டம் என்று முழுமையாக நம்புங்கள். எல்லையிலா பரம்பொருளான இறைவன் யோபு வுக்கு அனைத்தையும் இரண்டு மடங்காக திரும்பக் கொடுத்தார். நீங்களும் நம்பிக்கையோடு இருங் கள். உங்கள் கவலைகளனைத்தும் நீங்கி நீங்கள் இழந்தவை யாவும் பன்மடங்காக திரும்பி வரும்"

என்றான்.

அந்த வார்த்தைகளில் எனக்கு மிகவும் தெளிவாக புரிந்த இரண்டு விஷயங்கள்

- இறை ஆற்றல் அல்லது இறைவன் எல்லை யில்லாதது. எப்படி விண்மீன்களை எண்ண முடி

யாதோ அது அத்தனையையும் படைத்த இறை வனை/இறைஆற்றலை நாம் கணக்கிட முடியாது.

· அத்தனையும் படைத்து காத்து தேவையான நேரத்தில் எல்லாம் அழித்து மறு -உருவாக்கம் செய்து அண்டசராசரத்தையும் பரிபாலனம் செய்து கொண்டிருக்கும் இறைஆற்றல் மீது நம்பிக்கைக் கொள்ளாமல் வேறு எதன் மீது நம்பிக்கை வைக்க முடியும் நம்மால். நம் வாழ்வில் நடக்கும் ஒவ் வொன்றும் அந்த பரிபாலனத்துக்கு உட்பட்டதே. எதையும் நம்பிக்கையிழந்து கேள்வி கேட்காமல் முழு மனதோடு ஏற்றுக் கொள்ளவேண்டும். இறை ஆற்றல் நம்மை வழிநடத்துகிறது என்ற எண்ணத் துடன் வாழ்க்கையை கழிக்க வேண்டும்

என்னை பொறுத்தவரை அந்த நம்பிக்கை என்னை பிரபஞ்ச அபரிமிதத்தையும் அதன் அள வற்ற அன்பையும் எனக்கு நன்றாகவே உணர செய்தது. யோபுவுக்கு ஒரு எலிஹூ போல என் மாணவன் எனக்கு எடுத்த பாடம் இன்று வரையும் எனக்கு வாழ்க்கையில் உதவிக் கொண்டிருக்கி றது.

மாற்றத்திற்கு தயாராவோம்

நமது விருப்பங்கள் நிறைவேற நாம் பிரபஞ்ச பிரவாகத்தில், அதனுடைய போக்கில் கலக்க வேண்டும் என்று கடந்த அத்தியாயத்தில் பார்த்தோம். இந்த பிரபஞ்ச போக்கில் கலப்பது என்றால் என்ன என்று பார்க்கும் முன் நம் தற்போதைய வாழ்க்கையில் இருக்கும் நம்மை கட்டுப்படுத்தும் நம்பிக்கைகள் போன்றவற்றை தகர்த்தெறிந்து எல்லைகளற்று பட்டாம்பூச்சி போல சிறகடித்து பறக்க வேண்டும் என்று சொன்னோம். அதாவது தற்போதைய வாழ்க்கையில் நாம் என்னென்ன தவறுகிறோம் என்று உணர்ந்து அதையெல்லாம் உடைக்கும் வழிகளையெல்லாம் நாம் தெரிந்து கொள்வதே நாம் பிரபஞ்ச சக்தியோட்ட பாதையில் கலக்க நாம் எடுக்கும் முதல் படி.

வாழ்க்கை எப்போதும் போல ஓடிக் கொண்டிருப்பது உங்களுக்கு ஒரு தளர்ச்சியை ஏற்படுத்துகிறதா உங்கள் விருப்பங்கள் நிறைவேறுவது தள்ளிப் போகிறதா உங்கள் உணர்வலைகளின் ஆற்றல்கள் குறைந்து காணப்படுகிறதா அப்படியென்றால் நீங்கள் உங்கள் வாழ்வில் மாற்றம் செய்ய வேண்டிய நேரம் வந்தாகி விட்டது என்று அர்த்தம்.

நமது கனவெல்லாம் நனவாகும் ஒரு நாள் பயிற்சி நிகழ்ச்சியில் கொடுக்கப்படும் பயிற்சித்தாளில் "உங் களை பிடித்து வைத்திருக்கும் விஷயங்களை பட்டிய லிடுங்கள்" என்று ஒரு கட்டம் கொடுக்கப்பட்டிருக்கும். அதை நிரப்ப சொன்னவுடன் பலரும் அப்படி பெரி தாக எதுவும் இல்லை என்று ஒன்றோ இரண்டோ பேருக்கு எழுதி வைத்திருப்பர். அடுத்து வரும் நேரடி சந்திப்பு நிகழ்வில் அதைக் குறித்து நான் சில கேள் விகள் கேட்கும் போது அதில் அவர் எழுதாத ஒன்று அவரை கட்டுப்படுத்தி வைத்துக் கொண்டிருப்பதை அவர் அறிந்து கொள்வார். இது வரை அவர் அதை தன்னை கட்டுப்படுத்தும் விஷயமாக யோசித்திருக்க மாட்டார். அப்படி இல்லையென்றால் இன்னொரு வகை இருக்கிறது. அந்த ஒரு விஷயத்தையோ, நம்பிக்கை யயோ, பழக்கத்தையோ விடுவதற்கு அவருக்கு பயம். அதனால் தன் வாழ்வில் சிற்சில மாற்றங்கள் வருவதை அவர் புரிந்து கொண்டிருப்பார். அந்த மாற்றங்கள் வர வேற்கதக்கதல்ல என்று அவர் மனம் ஒரு குருட்டு பாடத்தை உடனே போதித்திருக்கும். எங்கே அந்த மாற் றம் அவர் வாழ்க்கை பாதையை மாற்றிவிடுமோ என்ற பயம் அவரை ஆட்கொள்ள ஆரம்பித்திருக்கும். அத னால் அவர் அதனை எழுதியிருக்கமாட்டார். அவர் அதனை கட்டத்தை நிரப்பும்போது உணரவாவது செய் தாரே என்று நான் மகிழ்ச்சியடைவேன்.

நம்மில் பெரும்பாலும் இப்படித்தான். வாழ்க்கையில் நாம் மாற்றங்களை விரும்புவதில்லை. ஒரே மாதிரி குண்டுசட்டிக்குள் குதிரை ஓட்டுவதையே நாம் விரும்பு கிறோம். மனம் செய்யும் ஒரு வித தந்திரம் இது. எல்லா சுயமுன்னேற்ற நூல்களிலும் கேட்கப்படும் ஒரு விஷ யத்தை இங்கு நான் கேட்கிறேன். பதில் சொல்லுங்கள்.

"எல்லோரை போலவே ஒரே மாதிரியான செயல்கள் செய்து, அதன் பலன் மட்டும் மற்றவர்களிடம் இருந்து

வேறுபட்ட "வெற்றி" எனும் பலனாக இருக்க வேண்டும் என்று கேட்பதில் என்ன நியாயம் இருக்கிறது"

வேறுபட்ட பாணிக்கு மாற்றித்தான் யோசிக்க வேண்டும். மாறுதல் அவசியம். மாற்றத்திற்கு பயப்படக் கூடாது.

"என் நிலை மாற வேண்டும். வசதிகள் பெருக வேண்டும்" என்று இறைவனிடம் வேண்டுபவரா நீங்கள். உங்களுக்கான மாற்றத்திற்கு முதலில் உங்கள் மனம் தான் இடம் கொடுக்க வேண்டும் என்று புரிந்து கொள்ளுங்கள். இறைபேராற்றல் எல்லா நலன்களையும் உங்கள் வாழ்வில் அளிக்க தயாராகத்தான் உள்ளது. ஆனால் நாம் அதனை அனுமதிப்பதில்லை. நம்மை பல விஷயங்கள் கட்டுப்படுத்தி வைத்திருக்கின்றன அவற்றை உணர்ந்து மாற்ற, அவற்றை அப்புறப்படுத்தி நம்மில் மாற்றம் நிகழ்த்த பிரபஞ்ச பேராற்றலை நாம் அனுமதிக்க வேண்டும்.

ஈர்ப்பு விதியும் நம்மில் மாற்றத்தின் அவசியமும்

பொதுவாகவே நம் உணர்வாற்றல்களை பிரபஞ்சத்தில் சரியான அலைவரிசையில் செலுத்தும் போது அதற்கான பதில்களை நாம் ஈர்த்து பெறுகிறோம் என்று ஈர்ப்பு விதியின் புரிதல் பகுதியில் பார்த்தோம். ஆனால் உண்மையில் நம் வாழ்வை நாம் கடந்த காலத்தின் எச்சங்கள், கவலைகள், உறவின் பிரிவுகள், தவறான அபிப்ராயங்கள், தவறான நம்பிக்கைகள், பழைய ஆழ் மனப்பதிவுகளால் இருக்கும் தற்போதைய இக்கட்டான சூழ்நிலைகள் இவற்றில் இருந்து விடுபடாமல் தவித்துக் கொண்டிருக்கிறோம். இவை எல்லாவற்றையும் நீங்கள் ஒரு பெரிய கட்டு உங்களை முழுவதும் சுற்றி கட்டியிருப்பதாக உருவகப்படுத்திக் கொள்ளலாம். அல்லது உங்களை சுற்றி ஒரு பெரிய சுவராக விஸ்வரூபம் எடுத்திருப்பதாக கற்பனை செய்து கொள்ளலாம். ஆனால்

நீங்கள் விருப்பபப்படும் வாழ்க்கையோ இந்த சுவற்றைத் தாண்டி உள்ளது. என்ன செய்வீர்கள் நிச்சயமாக இந்த சுவற்றைத் தகர்க்கத் தான் வழி பார்ப்பீர்கள் அல்லவா கட்டுக்களை அறுத்தெறிய வேண்டும். அதை விடுத்து உள்ளே இருந்து கொண்டே, இவற்றின் ஆக்கிரமிப்பில் இருந்து கொண்டே "பிரபஞ்ச பேராற்றலே எனக்கு அது வேண்டும், இது வேண்டும்" என்று சொல்கிறீர்கள் என் றால், உங்கள் உணர்வலைகளும் அதே கட்டுக்களுக்கு உட்பட்டதாக தான் இருக்கும். அதற்குத்தான் பதில் கிடைக்கும்.

பிரபஞ்சத்தின் சக்தியோட்ட பாதையில் முழு ஆற்ற லுடன் கூடிய உணர்வலைகளுடன் நீங்கள் ஐக்கியமா வது தான் உங்கள் விருப்பத்தேர்வு நிகழ்ந்தேறுவதை உங்களுக்கு உறுதி செய்யும். அதற்கு உங்களை சுற்றி யுள்ள, நீங்களே எழுப்பிய பிரம்மாண்ட சுவரை நீங்களே தான் தகர்த்தெறிய வேண்டும். இந்த மாற்றம் மிக அவசி யமானதாகும்.

போராட்டமும் பிரயத்தனமும்

"பட்டாம்பூச்சி தான் பிரபலமாகிறது என்றாலும் அதன் மூல காரணம் பட்டுப்புழுவின் பிரயத்தனங்களே"

இதைப் புரிந்து கொள்ள முடிகிறதா உங்களால். எல்லோர் வாழ்க்கையும் இன்பமும் துன்பமும் இரண்டற கலந்ததே. எல்லோரும் துன்பமெனும் கூட்டை விட்டொழிக்க வேண்டும் என்று விரும்புகின்றனர். ஆனால் எல்லோரும் அதற்கான செயல்களை செய்வதில்லை. அந்த செயல்களை செய்பவர்களோ தன்மாற்றமடைகின்றனர்.

பட்டாம்பூச்சி தன் பிறப்பு முதலே அப்படி இருப்பதில்லை. ஒரு புழுவாகத்தான் பிறக்கிறது. அது புழுவாக இருக்கும் போது பார்க்க அவ்வளவு நன்றாக இருப்பதேயில்லை. சில பட்டுப்புழுக்கள் தடியாக உருளையாக இருக்கும். நாம் எப்போதுமே பட்டுப் புழுக்களை ரசித்ததே இல்லை. ஒரு பட்டுப்புழு முழு பட்டாம்பூச்சியாக மாற தன் வாழ்வின் ஒரு பகுதியில் தன்னை சுற்றி ஒரு கூட்டை எழுப்பிக் கொள்ளும். இது இயற்கையானதே. அதில் இருந்து தனது வாழ்வின் அடுத்தடுத்த பகுதிகளில் ஒவ்வொன்றாக உடைத்தெறிந்து வண்ணமிகு சிற

கைப் பெற்று கூட்டின் வெளியே வந்து சிறகடித்து பறக்க ஆரம்பிக்கும். வெளியே வந்த பட்டாம்பூச்சியை நமக்கு எல்லோருக்கும் பிடிக்கும். ஆனால் ஒரு பட்டாம்பூச்சி யாய் வருவதற்கு முன்னால் ஒரு புழுவாக அது பட்ட சிரமத்தை யாரும் தன் சிரத்தையில் வைத்திருக்க மாட் டார்கள்.

மற்றவர்கள் போகட்டும் நாம் புரிந்து கொள்ள வேண் டியது இவ்வளவுதான். நாம் எல்லோரும் வாழ்வில் இப்படி ஒரு பகுதியை நிச்சயம் சந்திக்க வேண்டியுள் ளது. ஒரு பட்டுப்புழுவைப் போல. ஆனால் செயல்புரிய தயங்குபவர்கள் கூட்டிலேயே மடிந்துவிடுகின்றனர். நிச் சயம் சில கஷ்டப்பாடுகள் இருக்கத்தான் செய்யும். சில போராட்டங்கள் இருக்கத்தான் செய்யும். இவை வாழ் வின் வளங்களில் ஒரு பகுதி என்பதை நாம் புரிந்து கொள்ளத்தான் வேண்டும். இந்த சூழ்நிலைகளில் நம் கூட்டை உடைப்பதற்கான ஆயத்தங்களை நாம் மேற் கொள்ள வேண்டும். இந்த போராட்டங்கள் நம்மை பலப்படுத்தவே செய்யும். பிரபஞ்சத்தின் அற்புத வடிவ மைப்பை நாம் புரிந்து கொண்டால் இது தானே புலப்ப டும்.

பிரபஞ்சம் தாயன்புடன் நம்மை எப்போதும் கண்கா ணித்து வழிநடத்திக் கொண்டிருக்கிறது என்பதை மன தில் நிலை நிறுத்துங்கள். உங்களுக்கு வாழ்வில் சோத னைகள் ஏற்படலாம். அவை உங்களை கட்டுப்படுத்தும் நம்பிக்கைகள் எண்ணங்களில் இருந்து இருக்கலாம். ஆனால் அதனை வாழ்வின் ஒரு பகுதி என்றுதான் நாம் எண்ண வேண்டும். எல்லா நேரங்களிலும் நமக்கு வெற்றி கிடைப்பதில்லை. அதனால் மனம் துவண்டுவி டாமல் அதனை பிரபஞ்சம் நமக்கு தரும் படிப்பினைக ளாக எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். அந்த நேரத்தில் பிரபஞ்சம் நமக்கு ஏதோ ஒரு காரணத்திற்காகத் தான் அந்த கஷ்டத்தை தந்திருக்கிறது, அதிலிருந்து நாம் கற்

றுக் கொள்ள வேண்டிய ஏதோ ஒரு விஷயம் இருக்கிறது என்று நாம் எண்ண வேண்டும்.

ஏன் இந்த வடிவமைப்பு என்று நீங்கள் கேட்கலாம். அப்படி வடிவமைக்கப்படவில்லை என்றால் நாம் செய்த தவறையே மீண்டும் மீண்டும் செய்வோம் என்பதால் தான். டிரான்ஸ்ஃபார்மேஷன் (Transformation) எனும் ஆங்கில சொல்லுக்கு தன்மாற்றம் - ஒன்றிலிருந்து மற்றொன்றாக மாறுதல் என்று பொருள். நாம் நம் பழைய கட்டுப்படுத்தும் பலவற்றிலிருந்து நம்மை மாற்றிக் கொள்கிறோம். வாழ்வின் மாற்றத்திற்கு இந்த தன் மாற்றம் அவசியம். இந்த போராட்டங்களும் பிரயத்தனங்களும் அவசியம். உங்களை சுற்றி நீங்களே எழுப்பியுள்ள அந்த கூட்டை உடைக்கும் வரையில் சிறிது காலத்துக்கேனும் அது நிச்சயம் அவசியமாகிறது.

இப்படி போராட்டம் அவசியம் என்று ஈர்ப்பு விதி பயிற்சியாளர்கள் யாரும் சொன்னதில்லை என்று என்னிடம் நீங்கள் வாதிடலாம். அப்படி சொல்கிறீர்கள் என்றால் நீங்கள் சொல்லும் அந்த ஈர்ப்பு விதி பயிற்சியாளர் உங்களுக்கு அதன் ஒரு பகுதியை மட்டும் தான் சொல்லித் தருகிறார் என்றே நான் சொல்வேன். ஒருவேளை இந்த மாதிரியான விஷயங்களை போகிற போக்கில் தானே கையாளலாம் என்று அவர் நினைத்திருக்கக் கூடும்.

"போராட்டங்கள் நம்மை பலப்படுத்துகின்றன"

இந்த உண்மையை நீங்கள் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். இது இயற்கையானதே. ஆனால் எந்த ஒரு உயிரினமும் இந்த செயல்களை பிரயத்தனங்களாக, தான் செய்தே ஆக வேண்டிய செயலாக, தன் சீரிய முயற்சியாக மட்டுமே பார்க்கின்றன. முட்டைக்குள் இருந்து ஒரு பறவை வெளியே வரவேண்டும் என்றால் அது அந்த ஓட்டை உடைக்க வேண்டும். இது எனக்கு போராட்டமாக இருக்கிறது என்று அது நினைப்பதில்லை. அப்படி இருந்தால் அங்கேயே முடங்கி மடியவேண்டியது தான்.

அந்த போராட்டத்தின் இயல்பு அதற்கு இயற்கையா கவே உணர்த்தப்படுகிறது. போராட்டம் ஒரு பிரயத்தன மாக உணர்த்தப்படுகிறது.

ஒரு எளிய கதை கொண்டு இந்த பிரயத்தனத்தை குறித்து விளக்கிவிடலாம்.

ஒரு இளகிய மனம் கொண்ட பெண் ஒருத்தி பூக்க ளும் செடிகளும் மரங்களும் நிறைந்த ஒரு காட்டுப்பகுதி யில் நடந்து சென்று கொண்டிருந்தாள். அப்போது அங்கு ஒரு மரத்தில் இருந்த பட்டுப்பூச்சி ஒன்று தனது கூட் டிற்குள் இருந்து வெளியேற முயற்சித்துக் கொண்டிருந் ததை காண்கிறாள். அது சிறகுகளை குவித்து வெளியே வந்துவிட்டால் பறந்து விடலாம் என்று ஒரு சிறிய ஓட் டையின் வழியாக மிகுதியாக போராடுவதை காண்கி றாள். இவளுக்கோ கனிந்த மனம்.

"அச்சச்சோ. இது இப்படி போராடுகிறதே. இந்த சிறிய ஓட்டைக்குள் இருந்து வெளியே வர மிகவும் கஷ்டப்படு கிறதே. வெளியே வந்தால் அழகாக பறந்து விடுமே. சரி நாம் உதவுவோம்"

என்றபடி அந்த புழுவை சுற்றியுள்ள அந்த கூட்டைத் தானே பிரித்து எடுக்கிறாள். முழுவதுமாக பிரித்தபோது தான் அவளால் அந்த பட்டுப்புழுவின் உடலின் பின்புறம் குண்டாக இருப்பதை காண முடிந்தது. கூடு தகர்க்கப் பட்டவுடன் பறக்கும் என்று நினைத்தோ புழுவோ பறக்க முடியாமல் ஊர்ந்து சென்றது.

இந்த பெண்ணிற்கு எதுவுமே புரியவில்லை. உடனே சென்று தனது தாயிடம் நடந்ததை சொல்கிறாள். அப் போது தாய்,

"மகளே. நீ செய்தது தவறு. உண்மையான போராட் டத்திற்கும் இயல்பான பிரயத்தனத்திற்கும் உனக்கு வித் தியாசம் தெரியவில்லை. அந்த பட்டுப்புழு அந்த கூட்டி லிருந்து தானே பிரயத்தனப்பட்டு வெளியே வர வேண் டும் என்பதுதான் இயற்கையின் விதி. அந்த சிறிய ஓட் டையின் வழி வெளியே வரும்போது அதன் உடல் சிற

கடித்து பறப்பதற்கு ஏற்றார்போல் சீரமைக்கப்படுகிறது. நீயோ அந்த இயற்கையான செயல்முறை முடிவதற்கு முன்னேலேயே அந்த கூட்டை உடைத்து விட்டாய். இனி அந்த புழு பறக்கவே பறக்காது"

என்று சொன்னாராம்.

நம்மை சுற்றியிருக்கும் கூட்டை அறிந்து உடைப்பது என்பது போராட்டம் அல்ல. நாமே அறிந்து உடைக்க வேண்டும் என்பது இயற்கையின் நியதி. அது நம்மை நம் சிறப்பான வாழ்க்கைக்கு நம்மை வடிவமைக்கிறது. அப்போதுதானே நாம் சிறகடித்து பறக்க முடியும். இங்கு ஒன்றை மட்டும் நாம் நன்றாக புரிந்து கொள்ள வேண் டும்.

என் லட்சியத்தை அடைய நான் கடினமாக போரா டுகிறேன் என்ற போராட்டத்தை குறித்து நான் இங்கு பேசவேயில்லை. அது பிரபஞ்ச போக்கிற்கு எதிரான போராட்டம். நான் கூறுவது இயற்கையாக பிரபஞ்ச வடி வமைப்போடு ஒத்து போகும் பிரயத்தனங்கள் குறித்து மட்டுமே.

ஜே.கிருஷ்ணமூர்த்தி யுடன் "என் வாழ்க்கை"

"நீங்கள் தான் இந்த உலகம், இந்த உலகம் என் பது நீங்கள்தான் (You are the World and the World is You). மனிதத்தின் ஒட்டுமொத்த பிரக் ஞையை நீங்கள்தான் சுமந்து கொண்டிருக்கி றீர்கள். நீங்கள் ஒரு கண்ணாடி போன்று, இந்த சமூகத்தில் காணப்படுபவை யாவும் உங்களின் ஒட்டுமொத்த பிரதிபலிப்பே"

ஆழ்ந்து என் வாழ்க்கை குறித்த தேடலில் என்னை அதிகம் பாதித்த ஜே. கிருஷ்ணமூர்த்தியின் வார்த் தைகள் இவை. வாழ்க்கையில் எதையோ ஒன்றை அடைய வேண்டும் என்று மூச்சிரைக்க ஓடி அவற் றில் நான் தோற்று துவண்டு சுருண்டு படுத்தி ருந்த நேரத்தில் என்னை முகநூல் வாயிலாக வந் தடைந்தார் ஜே. கிருஷ்ணமூர்த்தி. வாழ்க்கையின் மற்றொரு பரிமாணத்தை என் கண்முன் விரித்தது அவரது வார்த்தைகள்.

"கடந்த காலத்தின் கட்டுக்களை விடுவியுங்கள். நாளை என்பது இந்த நொடிப்பொழுதில் தான் இருக்கிறது," என்ற அவரது ஆணித்தரமான சொற்கள் துவண்டிருந்த என்னை துள்ளியெழ செய்தன. "நாம் உண்மையில் அன்பு மிக்கவராக இருந்தோமென்றால் இந்த உலகம் இப்படி சீரழிய விட்டிருக்கமாட்டோம். அதற்கு காலத்தின் மீது பழி

போட்டுக் கொண்டிருக்க மாட்டோம்," என்ற வாசகம் என்னை பெரிதாக யோசிக்க வைத்தது. நான் என்ன அப்படி செய்து விட்டேன் இந்த வாழ்க்கையில் என்று கேள்வி எழுப்ப செய்தது.

"உங்கள் வாழ்க்கை உங்களை சுற்றியே அமைகிறது. தான் என்ற மையத்தை சுற்றி எழுப்பும் அந்த சுவரானது உங்களைக் கட்டுப்படுத்துகிறது. உங்கள் சுதந்திரத்தை கட்டுப்படுத்துகிறது. உள்ளதை உள்ளபடி பார்க்க வைக்க இடையூறாக இருக்கிறது. ஆனால் உள்ளதை உள்ளபடி காண்பவர் அதில் உள்ள வளத்தை தெள்ளத்தெளிவாக காண்கிறார். அவருக்கு அதுவாக வேண்டும் இதுவாக வேண்டும் என்ற முரண்பாடு இருந்ததில்லை. எல்லையிலாததின் வளத்தையும் வனப்பையும் கண்டறிபவராக அவர் ஆகிறார். அவரிடம் அன்பு மிளிர்கிறது. அந்த அன்பே அவர் வாழ்க்கையை நயிக்கிறது", என்ற தெளிவான நீரோடையை போன்ற அவரது வார்த்தைகள் என் வாழ்க்கையை உள்ளது உள்ளபடி பார்க்க வைத்தது. "நான்" என்று என்னிடம் இருந்த மையம் சுக்கு நூறாக உடைந்து போனது.

முன்பெல்லாம் படபடவென்று பேசுவது எனது வழக்கமாக இருந்தது.

ஐயோ எனது ட்ரெயின் போய்விடுமே என்பது போன்று பரபரவென்று இருப்பேன். அத்தனைக்கு பிரேக் போட்டது கிருஷ்ணமூர்த்தியின் சொற்பொழிவுகள். நம் ஒவ்வொரு செயலும் இந்த பிரபஞ்சத்தில் பாதிப்புகள் ஏற்படுத்துகிறது என்பதை அவர் தெளிவாக தனது பல சொற்பொழிவுகளில் எடுத்து சொல்லியிருப்பார். அதிகாரம், சக்தி, பலம் ஆகியவை எவ்வளவு கொடியது என்றும் ஆனால் அதைத் தாண்டிய சுதந்திர வாழ்க்கை உண்டு என்றும், ஆனால் இனம், மதம், அரசியல் போன்ற

எல்லைக் கோடுகளை தனக்குத் தானே வரைந்து கொண்டு மனிதன் எவ்வாறு அல்லலுறுகிறான் என்பதை மிகவும் தெளிவாக சொல்லியிருப்பார். ஒரு மனிதன் இவை காரணமாக வன்முறைக்கு காரணமாகவும், இன்னும் அவர் பாஷையில் சொல்ல வேண்டுமென்றால் தானே வன்முறையா ளனாகவும் தினசரி வாழ்க்கையில் எப்படி இருக்கி றான் என்பதை என்னால் புரிந்து கொள்ள முடிந் தது.

இவை என் வாழ்வில் ஒரு பெரிய திருப்புமுனை யாக அமைந்தது என்று சொன்னால் அது மிகை யாகாது. அதுவரை என் வாழ்வில் எனது லட்சியம் என் வாழ்க்கை என்று ஓடிக் கொண்டிருந்த நான் இனி செய்யும் செயல்கள் யாவும் இந்த "நானற்று" இருக்குமாறு திட்டங்கள் வகுத்தேன். இன்று இப் போது செய்து கொண்டிருக்கும் யாவும் இந்த புத்த கம் உட்பட அதன் விளைவே.

என் மனதில் அவ்வப்போது ஒரு கேள்வி எழும். அது உங்களுக்கு இப்போது இந்த இடத்தில் எழுந் திருக்கலாம். அப்போது லட்சியம் என்று ஓடக் கூடாதா என்று. திணிக்கப்பட்டு எதையும் செய்யா மல், உலக வளத்தை புரிந்து கொள்ளும் போது, பிரபஞ்சம் என்ன செய்யும் என்று இந்த புத்தகத்தி லேயே என் அனுபவங்களை பகிர்ந்திருக்கிறேன். அங்கு அதற்கான விடைகளை தெரிந்து கொள்ள வும்.

பட்டாம்பூச்சியிடம் இருந்து வாழ்க்கையை கற்றுணர்வோம்

கடந்த பகுதிகளில் சொல்லியிருந்தது போல் நாம் ஏற்கனவெ எப்படி இருந்தோமோ அப்படி இருந்தால் அப்படியே இருக்க வேண்டியதுதான். வாழ்க்கையில் மாற்றத்தின் அவசியத்தை நாம் பட்டாம்பூச்சியிடம் இருந்துதான் கற்றுக் கொள்ள வேண்டும். இந்த உவமைதான் நாம் எங்கிருக்கிறோம், நாம் போகும் பாதையில் வெற்றியடைய என்ன செய்ய வேண்டும் என்பதை புரிய வைக்கும்.

உங்கள் சுற்றியுள்ள கூடானது நீங்களே கட்டியது தான்

எப்படி ஒரு பட்டுப் பூச்சி தன்னை சுற்றியுள்ள கூட்டை தானே கட்டுகிறதோ, அதே போல உங்களை சுற்றியுள்ள உங்களை கட்டுப்படுத்தும் உங்கள் ஆழ்நம்பிக்கைகள், உங்கள் குணங்கள், உங்கள் எதிர்மறை எண்ணங்கள் இவை யாவும் நீங்கள் கட்டியதே. இது ஒரு கசப்பான உண்மை. உங்களை சுற்றி நீங்கள் தெரிந்தோ

தெரியாமலோ கட்டிய கூட்டிற்குள் தான் நீங்கள் வசித்துக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். உங்கள் உண்மையான தன்மை அறியாமல் வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறீர்கள். இந்த கூட்டை கட்டியதற்கு முழு பொறுப்பேற்று, அதில் இருந்து வெளியே வர ஆயத்தமாகுங்கள்.

மாற்றத்தை ஏற்றுக் கொள்ளுங்கள்.

உங்கள் வாழ்வில் நடந்த மாற்றமானது ஏதோ ஒரு காரணத்துக்காக நிகழ்ந்துள்ளது என்பதை புரிந்து கொள்ளுங்கள். இது இப்படித்தான் இருக்க வேண்டும் என்று பிடிவாதம் பிடிக்காதீர்கள். நல்லதொ கெட்டதோ இரண்டையும் வரவேற்று ஏற்றுக் கொண்டு, "இதுவும் கடந்து போகும்" என்ற மனநிலையில் இருங்கள். பட்டுப் புழுவானது தான் பட்டாம்பூச்சியாய் மாறுவதை ஏற்றுக் கொள்ளவில்லையென்றால் ஒரு புழுவாகவே இருந்து மடிய வேண்டியது தான்.

போராட்டங்கள் மாற்றங்களுக்கான வித்துக்கள்

"நான் கஷ்டப்பட்டுக் கொண்டிருக்கிறேன்", உங்கள் வாழ்வின் சவால்கள் குறித்து நீங்கள் எண்ணுகிறீர்களா. என்றால் அந்த போராட்டத்தின் அவசியத்தையும் புரிந்து கொள்ளுங்கள். "போராட்டமும் பிரயத்தனமும்" பகுதியில் பட்டுப்புழுவின் போராட்டம் எப்படி அதனை உண்மையில் ஒரு வண்ணமிகு பட்டாம்பூச்சியாக மாற்றுகிறது என்று பார்த்தோம். கூட்டை யாரோ ஒருவர் நல்லெண்ணம் கொண்டு உடைக்க முயற்சித்தாலும் என்ன நடக்கும் என்று பார்த்தோம். சில போராட்டங்கள், சில இன்னல்கள், சில கஷ்டங்கள் வாழ்க்கையில் நமக்கு நல்லதை கற்றுத்தரும் பாடங்களாக, பிரபஞ்ச ஆசானால், ஒரு மாறுவேடமிட்ட வாய்ப்புக்களாக வருபவை.

வாழ்வின் ஒவ்வொரு விஷயத்திலும் ஏதோ ஒரு வாய்ப்பு ஒளிந்திருப்பதாக நாம் காணும் போது, நம் போராட்டங் கள் நம் சிறகுகளை செப்பனிடத் தான் என்று உண ரும் போது சீர்மிகு மாற்றத்திற்கு நாம் உண்மையிலேயே தயாராகி விடுகிறோம்.

ஒவ்வொரு மாற்றமும் ஒரு முடிவு இன்னொரு தொடக்கத்திற்கு வித்திடுவதில் தொடங்குகிறது

வாழ்க்கையில் எல்லாமே முடிந்துவிட்டது என்று சொல்பவர்களை பார்த்தால் எனக்கு நிச்சயம் இப்போ தும் கோபம் வந்து விடுகிறது. இங்கு எதுவுமே முடிவு இல்லை. ஒவ்வொரு முடிவும் ஒவ்வொரு ஆரம்பத் திற்கு வித்திடுவதே. நாம் எல்லோரும் வாழ்க்கையில் ஏதோ ஒரு தருணத்தில், சிறியதோ பெரியதோ, ஏதோ ஒன்றை இழந்து விடுகிறோம். ஆனால் அதுவே வாழ் வின் முடிவல்ல. நம் உடலின் இறுதி மூச்சு இருக்கும் வரையில் நமக்கு வாழ்வதற்கு மற்றொரு வாய்ப்பு தரப் பட்டுக் கொண்டிருக்கிறது. பட்டுப்புழுவானது முடிவுக்கு வந்தால்தான் அதன் வாழ்க்கையின் அடுத்த பாகமான சிறகுடைய பட்டாம்பூச்சி பறக்கத் தொடங்கும். நாம் உள் ளதை விட்டால் தான் நாம் என்னவாக வேண்டுமோ அதுவாகவே ஆக முடியும்.

உங்கள் அனுபவங்கள் எல்லாம் எரிபொருள்கள் போல. உங்கள் புதிய ரூபத்திற்கு அவை சக்தியூட்டும்

நீங்கள் பல்வேறு விதமான இன்னல்களுக்கு ஆளாகிறீர் கள் என்ற கவலை உங்களிடம் தொற்றிக் கொள்வதை தவி ருங்கள். உங்கள் சிந்தனையின் ஆற்றலை அந்த கவலை குலைக்காமல் இருக்குமாறு பார்த்துக் கொள்ளுங்கள். நீங் கள் பெற்ற அனுபவங்கள் எந்த அளவுக்கு உங்களை பண்படுத்தியிருக்கிறது, பக்குவப்படுத்தியிருக்கிறது என்று

பாருங்கள். ஒரு பட்டுப்புழு தான் மேற்கொள்ளும் ஒவ்வொரு கடினமான அனுபவத்தினூடேயும் ஒவ்வொரு மாற்றத்தை காண்கிறது. தன்னை சுற்றிப் பிடித்துள்ள அனைத்தையும் அது தகர்க்க முயலும் போது, அது தனது தோற்றத்தை பல முறை மாற்ற வேண்டியிருக்கிறது, தோலுரிக்கப்படுகிறது. எல்லாம் வலியின் உச்சம்தான். ஆனால் அந்த வேதனை யின் நேரங்களை அது கடக்க வில்லை எனில், பறக்கும் பட் டாம்பூச்சியாக தனக்கு முளைத்துள்ள சிறகுகளை குறித்து அது அறியாமலே போவதற்கு வாய்ப்புகள் இருக்கிறது. உங் களுக்கு ஏற்படும் வேதனைகளை, உங்களுக்கு எதிரான சம் பவங்களை உங்கள் வளர்ச்சிக்கு மட்டுமே பயன்படுத்திக் கொள்ளுங்கள்.

கடந்ததை விட்டுத் தொலைக்கலாமே

கடந்த காலம் நமக்கு வெறுப்பு மிகுந்தவையாக இருக்கலாம், பலவற்றை நாம் இழந்திருக்கலாம், பல மனிதர்கள் வந்தும் சென்றும் இருக்கலாம். ஆனால் கடந்தது கடந்ததுதான். அதனால் இனி ஒரு பயனும் இல்லை.

பட்டுப்பூச்சியானது தனது கூட்டுக்குள் சும்மா இருப் பது இல்லை. அந்த கூட்டிற்குள் இருக்கும் போது பல முறை அதன் தோலுறிகிறது. அதனை சுற்றியிருக்கும் திரவப்பொருட்கள் அதன் வடிவத்தை செப்பனிடுகிறது. இது போன்ற மாற்றங்கள் அனைத்திற்கும் அது தன்னை உட்படுத்திக் கொண்டும் அதே நேரத்தில் அந்த சுமை கள் எல்லாவற்றையும் விட்டு புதிய சிறகுகளை பெற்றுக் கொண்டோம் என்று உணர்வதனாலேயே அதனால் உயரப் பறக்க முடிகிறது.

அதே போல நம் வாழ்வில் நாம் களைய வேண் டிய, நம்மை கட்டுப்படுத்தும் எத்தனையோ விஷயங்கள் இருக்கின்றன. நமது கடந்த காலத்தை குறித்த சிந்த னைகளும் அதில் அடங்கும். அவையெல்லாம் ஏதோ

ஒரு காலத்தில் நம்மை கட்டுப்படுத்தியவை. அவற்றை யெல்லம் விட்டொழிக்காமல் நம்மால் வாழ்க்கையை புதியதாக பார்க்க முடியாது. நிகழ்காலத்தில் கூட வாழ முடியாது. அவற்றை வலுகட்டாயமாக புறந்தள்ளுவதே நாம் செய்ய வேண்டியது.

கூட்டை தகர்த்து வெளியே வாருங்கள்

கடந்த காலத்தை போலவே நம்மை கட்டுப்படுத்தும் விஷயங்கள் வேறு பலவும் இருக்கின்றன. நம்மை குறித்த தகுதி தாழ்த்தும் சிந்தனை, கோபம், வஞ்சம், பொறாமை, சுயசந்தேகம், கட்டுப்படுத்தும் நம்பிக்கைகள், பிறரை நிர்ணயம் செய்தல், நிபந்தனையுடன் அன்பு செய்தல் என்று எத்தனையோ விஷயங்கள் நாம் விரும்பியதை பெற தடையாக இருந்து கொண்டே இருக்கின்றன. இவை நம்மை சுற்றி ஒரு சுவர் எழுப்பி நம் உண்மையான தன்மையான "எல்லையற்ற தன்மையை"காண தடையாக இருக்கின்றன.

பட்டுபூச்சி தனது பரிணாமத்தில் தன்னை கட்டுப்படுத்தும் கூட்டுக்குள் இருந்து சிரமப்பட்டு அதனை தகர்த்து அதனை விட்டு வெளியே வருவது போல் நாமும் நமது வாய்ப்புகளறிந்து நமது கூட்டை தகர்த்து அதிலிருந்து வெளியே வர வேண்டும்.

கூடே நன்றாக சுகமாக இருக்கிறது என்று பட்டுப்புழு நினைத்தால் என்ன ஆவது. அல்லது இதுவெல்லாம் கஷ்டமான காரியம் என்று நினைத்தாலோ. இரண்டுமே இயற்கைக்கு எதிரான பாங்கு. இரண்டுமே தவறானது. அதே போல மனம் நாம் இருக்கும் அந்த "சுகப் பிரதேசத்தை" தாண்டி வர மடியும். யோசிக்கும். அதனால் பயங்கர கஷ்டம் என்று ஒரு பொய்யுருவத்தை உருவாக்கி காட்டும். ஆனால் கூட்டை தகர்க்கும் போதுதான், அதில் இருந்து வெளியே வரும் போதுதான் நாம் எல்லையற்றவர் என்பது நமக்கு புரியவரும். எல்லையற்ற

தன்மைதான் பிரபஞ்சத்தின் தன்மை. அந்த தன்மை யில்தான் நமக்கு நிகழும், நிகழ்ந்த அற்புத மாற்றத்தை உணரமுடியும். உணர்ந்த மாத்திரத்தில் உயர்ந்து பறக்க வும் முடியும்.

எதிர்காலத்தை முழுமையாக நம்புங்கள்

இதை இன்னும் தெளிவாக சொல்லவேண்டும் என் றால், நீங்கள் போகும் பாதை பிரபஞ்சத்தால் வழிந டத்தப்படுகிறது. அதனால் அது சரியாகவே உள்ளது என்று முழுமையாக நம்புங்கள். நேற்றைய பட்டுப் புழு இன்றைய பட்டாம்பூச்சி. இன்று வேண்டுமானால் கூட் டில் அடைபட்டு நீங்கள் கஷ்டங்கள் அனுபவிக்கலாம். ஆனால் நம்பிக்கை கைவிடாதீர்கள். உங்கள் சிற குகள் முளைத்துக் கொண்டிருக்கின்றன. விரைவில் அவற்றை விரித்து நீங்கள் பறக்கலாம். இது மாற்றத்தின் ஒரு பகுதி. உங்களால் நீங்கள் ஏற்படுத்திக் கொண்ட கூடு உங்களை சிறப்பான மாற்றத்திற்கு தயார்படுத்திக் கொண்டிருக்கிறது. பிரபஞ்சம் எப்போதும் தாயன்புடன் உங்களுக்கு உதவவே காத்துக் கொண்டிருக்கிறது. உங் கள் இசைவும், செயலும் மட்டும் உங்கள் கையில். நம் பிக்கையுடன் உங்கள் இசைவை தெரிவியுங்கள். மாற் றத்திற்கு இடம் கொடுங்கள். உங்கள் சிறகுகள் முளைப் பதை நீங்களே கண்கூடாக காணமுடியும்.

தரையில் இருந்து பறக்கத் தயாராகுங்கள்

கூட்டில் இருந்து வெளியே வந்துவிட்டதும் "என் னால் பறக்க முடியுமா" என்று பட்டாம்பூச்சி நினைப்ப தில்லை. பறக்கத் தயாராகி விடுகிறது. நாமும் அச்சப்பட தேவையில்லை. உங்களுக்கான சிறகுகள் உங்களை காக்கும் விதத்தில்தான் பிரபஞ்சத்தால் அமைக்கப்பட்

டிருக்கிறது. அதன் மீது நம்பிக்கை கொள்ளுங்கள். நீங்கள் அபரிமித ஆற்றல்மிக்கவர் என்பதை உணருங்கள். பறக்கத் தயாராகுங்கள்.

பாதையெங்கும் பூக்களை நுகருங்கள் தென்றலோடு பயணியுங்கள்

நீங்கள் இப்போது உங்கள் கூட்டிலிருந்து வெளியே வந்து விட்டீர்கள். உங்களுக்கு சிறகுகள் இருக்கிறது. பறக்கத் தொடங்குங்கள். ஆனந்தமாய் பறந்து செல்லுங்கள். பட்டாம்பூச்சிகள் இதுதான் இலக்கு என்று ஒரே பாதையில் கடிவாளமிட்டது போல ஓடுவதில்லை. அவை அங்குமிங்கு அழகாய் பறக்கின்றன. பூக்களை நுகருகின்றன. வீசும் தென்றலோடு இதமாய் அதன் போக்கிலேயே போகின்றன. எத்தனை ஆனந்தமயமான வாழ்க்கை அது. போகும் போக்கில் ஏதோ ஒரு இடத்தில், ஏதோ ஒரு பூவில் தனக்கான உணவு இருப்பதை கண்டு கொள்கிறது. அதே போல பிரபஞ்சத்தின் சக்தியோட்ட பாதையில் ஆனந்தமயமாய் பயணிக்கும் உங்களுக்கு வழியில் உங்களின் விருப்பங்கள் நிறைவேற்றப்படும். ஆனந்தமாய் பயணியுங்கள்.

உங்கள் சிறப்பான வர்ணங்களை உங்கள் மீது பூசிக் கொள்ளுங்கள்

ஒரே மாதிரியான வாழ்க்கை எல்லோருக்கும் போர் அடிக்கும் தான். சிலர் அதுதான் தமக்கான வாழ்க்கை என்று அடையாளப்படுத்திக் கொண்டு வாழ ஆரம்பித்து விடுகிறார்கள். ஆனால் ஒவ்வொருவருக்கும் எத்தனையோ சிறப்பம்சங்கள் இறைபேராற்றலால் கொடுக்கப்பட்டுள்ளது. அதனை நம் வர்ணங்களாக நாம் பூசிக்கொண்டு அவற்றை வெளிக்காட்டி பறந்தோமே

யானால், இது நமக்கு மட்டுமல்ல, மற்றவர்களுக்கும் ஆனந்தத்தை தரும். உங்கள் திறமைகள் எனும் வண் ணங்களை வெளிக்காட்டி மற்றவர்களின் மகிழ்ச்சிக்கும் கூட வித்திடுங்கள். நீங்களும் ஆனந்தமாக இருங்கள்.

முதல்படியே மாற்றத்திற்கான இறுதிப்படி

நாம் எல்லோரும் வாழ்க்கையின் ஏதோ ஒரு தருணத்தில் மாற விரும்புகிறோம் தான். ஆனால் நாம் இப்போது இருக்கும் நிலையை ஏற்றுக் கொள்வதில்லை. உள்ளதை உள் ளபடி பார்க்க மறுக்கிறோம். நமது தற்போதைய சூழல் கஷ்டமானது என்பதுதான் நிதர்சனம். இதன் அப்படியே காண மனம் மறுக்கிறது. அதனால் அதனை தவிர்க்க என்னவெல்லாம் செய்ய வேண்டுமோ அத்தனையும் செய்கிறோம். இந்த ஒரு இடத்தில் தான் "ரகசியம்" போன்ற புத்தகங்கள் நம்மை ஆக்கிரமித்தது. உள்ளதை தவிர்த்து, வேண்டியதை அடைய முடியும் என்று போதித் தது. உங்கள் தர்க்க அறிவை வைத்துக் கொண்டு இதனை அப்படியே யோசித்துப் பாருங்கள்.

உதாரணத்திற்கு நமது பொருளாதார சூழ்நிலையில் சில பிறழ்வுகள் இருக்கும் போது, நான் பணக்கார னாக ஆக வேண்டும் என்று நினைப்பது இயல்புதான். ஆனால் தற்போதைய சூழ்நிலையை ஏற்றுக் கொள் ளாமல் தப்பிக்க நினைப்பது நம்மை எங்கு கொண்டு

செல்லும் சில இடங்களில் ஈர்ப்பு விதி பயிற்றுவிப்பாளர் கள் "உள்ளதைக் காணாதீர்கள், என்ன வேண்டுமோ அதை மட்டுமே காணுங்கள்"என்று அறிவுறுத்துகின்ற னர். இதை நாம் நம் யதார்த்தத்தில் இருந்து வெறுமனே தப்பித்துக் கொள்ள மட்டுமே பயன்படுத்திக் கொள்கி றோம். என்னுள் ஏற்படும் பிரச்சினைகளை நான் நிகழ் காலத்தில் தேட வேண்டுமா, இல்லை எதிர்காலத்தில் தேட வேண்டுமா

நமக்குள் சுய ஆய்வின் அவசியத்தை நாம் உணர வேண்டும். நாம் என்ன தவறுகள் செய்கிறோம் என் பதை பல்வேறு கோணங்களில் ஆராய வேண்டும். இதனை சொல்லும் போது என் பயிற்சிகளில் ஆர் வமுள்ள பலரும் தலைதெறிக்க ஓடுவதை என்னால் காணமுடிந்தது. நமக்குள் எதிர்மறைகள் இருப்பதை புரிந்து கொள்வது நமக்கு எதிர்மறைகளை ஈர்த்துக் கொடுத்துவிடும் என்பது அவர்களது நம்பிக்கை. அப்படி அவர்களுடைய ஆழ்மனதில் பதிக்கப்பட்டுள்ளது.

ஒரு முறை ஜே. கிருஷ்ணமூர்த்தியின் காணொளி ஒன்றை கண்டு கொண்டிருக்கும் போது அவர் சொன்ன விஷயம் என்னை மிகவும் கவர்ந்தது.

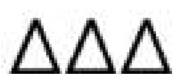
"ஐயா, நம் வீட்டில் பிரச்சினை இருக்கிறது என்று வைத்துக் கொள்வோம். அந்த பிரச்சினையை தவிர்க்க நாம் வெளியே புட்பால் விளையாட போய் விடுகிறோம். நீண்ட நேரம் விளையாடுகிறோம். மீண்டும் வீடு திரும்பும் நேரத்தில் பிரச்சினை என்ன போயா விட்டது. நீங்கள் திரும்பி வரும் வரை நீங் கள் எங்கு விட்டீர்களோ அங்கேயே தான் காத்துக் கொண்டிருக்கிறது அல்லவா"

பிரச்சினையை தவிர்க்க நினைப்பதால் அது உங் களை விட்டு போய்விடுகிறது என்று நாம் நினைக்கி றோம். ஆனால் அது நமக்காக எப்போதாவது நாம் வரு வோம் என்று டெண்ட் போட்டு காத்துக் கொண்டிருக்

கிறது. இதுதான் உண்மை. உள்ளதை காண்பதற்கும், ஆவதை எதிர்பார்ப்பதற்கும் வித்தியாசம் இருக்கிறது. நம் வாழ்க்கையில் மாற்றம் வேண்டும் என்று எதிர்காலத்தை நினைத்து கற்பனை செய்வது ஒரு புறம் இருக்கட்டும். அந்த மாற்றத்திற்கு என்ன தேவை என்பதை இந்த கணத்தில் அல்லவா பார்க்க முடியும்.

இந்த கணத்தில் நம்மை குறித்து நாம் சுய ஆய்வு செய்தால் மட்டுமே, நமக்கு உண்மையிலேயே என்ன தேவை, நாம் என்ன செய்ய வேண்டும் என்பது விளங்கும். அந்த உணர்தல் எனும் முதல் படியே நீங்கள் எடுத்து வைக்க வேண்டிய கடைசி படியாக இருக்கும். அதை உணர்ந்து கொள்ளும் போது, நீங்கள் உங்கள் வாழ்க்கையில் என்னென்ன மாற்றங்கள் செய்ய வேண்டும் என்று உங்களுக்கு பிரபஞ்சம் உணர்த்த தொடங்கிவிடும். அதன்படி அந்த பாதையில் நீங்கள் தானாகவே பயணிக்கத் தொடங்கி விடுவீர்கள். நீங்கள் விரும்பும் வாழ்வும் உங்களுக்கு அதிக சிரமம் இல்லாமலேயே உங்களுக்கு அமைய தொடங்கி விடும்.

அதனால் நினைவில் கொள்ளுங்கள், உள்ளதை பார்த்தலே, உள்ளதை உள்ளபடி உணர்தலே முதல் படியும் நீங்கள் உங்கள் பிரயத்தனத்தால் எடுத்து வைக்க வேண்டிய இறுதிப்படியுமாகும்.



பார்வையை மாற்றுவோம்

சுளீர் வெயிலில் கருப்புக் கண்ணாடியை மாட்டிக் கொள்வது கண்ணுக்கு குளிர்ச்சியாக இருக்கும். அதே நேரத்தில் அதை மாட்டிக் கொண்டு, "என்னப்பா எல்லாம் இருட்டாக இருக்கிறது" என்று சொன்னோமென்றால் அது முரணாக அல்லவா இருக்கிறது. வெளிச்

சத்தை வெளிச்சமாக பார்க்க வேண்டுமானால் அணிந் திருக்கும் கருப்பு கண்ணாடியை கழட்டி விட்டுதான் பார்க்க வேண்டும்.

நம் எல்லோரும் நம் வாழ்வில் அப்படித்தான் இருக் கிறோம். ஏதாவது ஒன்று நடந்தால் யார் மீது பழியை போடுவோம் என்றுதான் பார்த்துக் கொண்டிருக்கி றோம். நம்மால் இயலாத ஒன்று ஏன் நடக்கவில்லை என்று கேட்டால் பழிபோட ஆயிரம் காரணாம் வைத் திருக்கிறோம். பழிபோட ஆயிரம் ஆட்களை நினைவு கூர்வோம். எனக்கு மட்டும் நல்ல பெற்றோர் இருந்தி ருந்தால், எனக்கு மட்டும் நல்ல வாத்தியார் அமைந்தி ருந்தால், எனக்கு மட்டும் நல்ல நண்பர்கள் இருந்தி ருந்தால்... என்று அடுக்கி கொண்டே போவதில் என்ன பயன்.

சமையல் சரியில்லை, வீட்டிலே நிம்மதியே இல்லை, ரோடு சரியில்லை, பொருளாதாரம் மந்தமாக இருக் கிறது, விலைவாசி ஏறியிருக்கிறது, எங்கு பார்த்தாலும் வன்முறை கலாச்சாரம் மேலோங்கி இருக்கிறது, உயி ரின் மதிப்பு யாருக்கும் தெரிவதில்லை கடவுள் இருக்கா இல்லையா என்று தனிமனித விஷயங்களில் ஆரம் பித்து, அரசாங்கம், கடவுள் வரை நாம் ஏதாவது ஒன்று குற்றம் கண்டு கொண்டே தான் இருக்கிறோம். இது வெல்லாம் போகட்டும், நீங்கள் கடந்து செல்லும் பாதை யில் எப்போதாவது ரோட்டோரத்தில் பூத்திருக்கும் ஒரு மலர்ச்செடியை பார்த்திருக்கிறீர்களா பொருளாதாரம் எவ்வளவு மந்தமானாலும் அழகாக ஒரு கை அரிசியும் சிறிது பருப்பு சாம்பாரும் வைத்து நிலாச்சோறு உண்டு மகிழ்ந்திருக்கிறீர்களா, உங்களை திட்டும் ஒருவரை ஜம்பமாக கை மடித்து திருப்பி அடிக்க முற்படாமல், "சரி அதனால் என்ன பரவாயில்லை சார். சாரி" என்று அன் புடன் ஒதுங்கி இருக்கிறீர்களா. இவையெல்லாம் ஏதோ ஒரு ஞானம் வந்தால் தான் ஏற்படுமா. அல்லது நமது இயல்பிலேயே இருப்பதா

நம் கண்ணில் பிழையை வைத்துக்கொண்டு, அல்லது நாம் பார்க்கும் விதங்களில் தவறுகள் கொண்டு எல்லாமே தவறாய் இருக்கிறது என்று நாம் நினைப்பதில் என்ன நியாயம் இருக்கிறது பிரபஞ்சத்தில் எல்லாமே சரியாகத்தான் இருக்கிறது. அதன் பிறழ்வுகளும் குறைகளும் கூட அதன் திரிபே. உள்ளதை ஏற்றுக் கொள்ளும் பக்குவமும், நம் பார்வையில் உள்ள குளறுபடிகளையும் களையும் போது, உலகம் புதிதாகவே இருக்கும். மாற்றத்திற்காக நாம் எடுக்கும் அடுத்தபடி இது.

நம் பார்வையில் இருக்கும் கோளாறுகள் என்று நான் எதை சொல்கிறேன். நமது மனத்தில் விளைந்திருக்கும் அபிப்ராயங்களைத் தான். கடந்த காலத்தின் பிடிகளில் இருந்த போது மனம் எதையெல்லாம் உட்கொண்டதோ அதுவெல்லாம் பதிவுகளாகி, அதன் காரணமாக விளைந்த அபிப்ராயங்கள் நம்மை உலகை புதியதாக பார்க்கவே விடுவதில்லை.

உதாரணத்திற்கு இந்த அபிப்ராயத்தை பாருங்கள்.

"பணக்காரர்கள் மிக மோசமானவர்கள். பணத்தை குறுக்கு வழியிலே சம்பாதிக்காமல் இந்த செல்வம் எல்லாம் இப்படி சேர்ந்திருக்காது" இது எங்கேயோ யாரோ தன் கருத்தை வெளியிட்டதை மனம் பதிந்து கொண்டது. இப்போது அது நம்மையும் ஆக்கிரமிக்கும். விளைவு எல்லா பணக்காரர்களையும் மோசமானவர்கள் என்று பார்க்க வைக்கும். அதன் விளைவு தவறான உணர்ச்சி அலைகள் பிரபஞ்சத்தில் செலுத்தப்பட்டு பணவரவு உங்களுக்குத் தடையாகும்.

இதே போல உங்கள் வாழ்க்கையில் எல்லா தளங்களிலும் உங்கள் கடந்த கால அபிப்ராயங்களால் நீங்கள் உங்கள் வளர்ச்சிக்குத் தடை விதித்து வைத்திருப்பீர்கள். அவைகளைக் கண்டறிந்து அவற்றை மாற்ற நீங்கள் முயற்சிக்க வேண்டும். மேற்கண்ட உதாரணத்தில் நாம் நம் அபிப்ராயத்தை இப்படி மாற்றலாம், "ஸ்டீவ்

ஜாப்ஸ் போன்றவர்கள் செல்வந்தர்களாக இருந்த அதே நேரத்தில் பல்வேறு தர்ம காரியங்களை செய்து வந்தார்", "இந்தியாவில் பழைய அரச காலத்தில் பல புரவலர்கள் (மன்னர்கள்) மக்கள் நலனுக்காக வாழ்ந்தார்கள். வள் ளல்களாக திகழ்ந்துள்ளார்கள். ஒரு வேளை அவர்களி டம் அவ்வளவு செல்வம் இல்லாது போயிருந்தால்...?'

இது போன்ற சிந்தனை உங்களை பாதை மாற்றி பய ணிக்க வைக்கும். நீங்கள் வேலை செய்யும் இடம் பிடிக் கவில்லை என்று நீங்கள் நினைக்கிறீர்களா, உடனே அதைக் குறித்து உங்கள் நேர்மறை பார்வையை எழு தத் தொடங்குங்கள். ஒரு வேளை உங்களுக்கு அந்த இடம் ஒத்து வராது என்றால் பிரபஞ்சமே உங்கள் சூழ்நி லையை மாற்றிவிடும், இல்லை உங்களை இடமாற்றத் திற்காக உந்தித் தள்ளும்.

பயிற்சி

ஒரு வெள்ளைத் தாளின் மேல்பகுதியில் கீழ்காணும் ஏதேனும் ஒரு விஷயத்தை தலைப்பாக எழுதுங்கள் (இவை வெறும் குறிப்பிற்காக மட்டுமே. இதுபோல உங் கள் மனதிற்கு தோன்று வேறு எதையும் எழுதலாம்).

- பணம்
- செல்வந்தர் வாழ்க்கை
- உறவு (கணவன்/மனைவி/அண்ணன், தங்கை......)
- அரசாங்கம்
- மதம்

....இப்போது அந்த தாளில் அதனை குறித்து உங் கள் மனம் என்ன நினைக்கிறதோ அதனை எழுதுங் கள். யோசிக்காமல் எழுத வேண்டும். என்ன தோன்றுகி றதோ அதனை எழுத வேண்டும்.

அதில் எத்தனை புகார்கள் இருக்கிறது என்று ஒரு முறை பாருங்கள்.அடுத்து பேப்பரை திருப்பி இப்போது

இந்த பார்வை மாற என்ன செய்வது என்று யோசித்து எழுதுங்கள். உங்கள் உறவுமுறைகளில் யாரேனும் குறித்து நீங்கள் எழுதியிருந்தால், பின் பக்கத்தில் அவர் களின் நல்ல குணங்கள் குறித்து எழுதுங்கள். இப் போது யோசிக்கலாம். இந்த முறை ப்ளஸ்பாயிண்ட் களை குறித்து யோசித்து எழுதுங்கள்.

அடுத்தது, இனி அந்த குறிப்பிட்ட விஷயத்தை பற்றி எண்ணும் போது உங்களுக்கு நீங்கள் எழுதிய ப்ளஸ்பா யிண்ட்ஸ் ஞாபகப்படுத்திக் கொள்ளுங்கள். அந்த சூழ் நிலைகளில் அந்த பழைய அபிப்ராயங்களை வலுக்கட் டாயமாய் விடுவியுங்கள்.

குறிப்பு: இதற்கான பயிற்சித்தாள் வீடியோ பயிற்சி இணைப்பாக வாங்கியவர்களுக்கு பயிற்சிதளத்தில் கிடைக்கும்.



நிஜத்தோடு உறவாடுவோம்

நமக்கு நம் வாழ்வில் பெரும்பாலும் எதிர்மறை ஏற் படுத்துவதில் உறவுமுறை சிக்கல்கள் தான் பெரும்பகு தியை ஆக்கிரமித்து இருக்கும். நாம் தினசரி பல பேரு டன் புழங்குகிறோம், உறவாடுகிறோம், நட்பு பாராட்டு கிறோம். ஆனால் அதில் எல்லாவற்றிலும் ஒரு சிக்கல் இருக்கிறது. ஒரே ஒரு சிக்கல்தான். மனம் அவர்கள் எல்லோரையும் தன்னை போலவே இருக்க வேண் டும் என்று விருப்பப்படுகிறது. நாம் ஒவ்வொருவரும் பல விதங்களில் வித்தியாசப்படுகிறோம் என்பதை பக்குவத் துடன் உணர வேண்டும்.

தமக்குள் இருக்கும் பேதங்களை கண்டு கொள்ள வேண்டும், ஆனால் அதே நேரத்தில் நமது வளர்ச்

சிக்கு உதவவில்லை என்றாலும் பரவாயில்லை ஆனால் வளர்ச்சிக்கு பங்கம் விளைவிக்கும் வகையில் இருப்பவர்களிடம் இருந்து எட்ட நிற்க வேண்டும். நாம் எப்போதும் மனிதர்கள் பற்றி நாம் உருவாக்கி வைத்திருக்கும் பிம்பங்களோடு மட்டுமே உறவாடிக் கொண்டிருக்கிறோம். இது இருமுனைக் கத்தி போன்றது. ஜாக்கிரதையாக கையாள வேண்டியது அவசியம் ஆகிறது.

மற்றவர்கள் இப்படித் தான் இருக்கிறார்கள்,அவர்கள் இப்படி இருக்க வேண்டும் என்று பிம்பங்களோடு உறவாடுவதை தவிர்த்து, அவரது நிஜமறிந்து உறவாடுவது பலவிதத்தில் நன்மை செய்யும். கடந்த காலத்தில் நமக்கு துன்பம் விளைவித்த பலர் இருப்பார்கள். மறுபடி அவர்கள் நம் வாழ்க்கைக்குள் வரக்கூடும். அந்த சமயத்தில் அவர் பழையது போலவே தான் இருப்பார் என்பது அவரை பற்றி நாம் கடந்த காலத்தில் ஏற்படுத்தி வைத்திருக்கும் பிம்பம். அதைத் தகர்த்து தற்காலத்தில் இருக்கும் நிஜத்தை பார்க்க பழகிக் கொள்ளுங்கள்.

கடந்த காலத்தில் யார் ஒருவர் நமக்கு தீங்கிழைத்திருந்தாலும் அவர்களை முழுமனதுடன் மன்னியுங்கள். பிரபஞ்சத்தின் மன்னித்தல் விதி உங்களுக்கு உதவும். அவர்களை மன்னித்தல் என்பது உங்கள் நன்மைக்கு. இப்போதுள்ள அவருடைய நிஜத்தை முற்றிலும் அறிய முற்படுங்கள். அவரால் உங்களுக்கு நன்மை ஏதுமில்லை என்றாலும் தீமைகள் இல்லாவண்ணம் இருக்கிறதா என்று பாருங்கள்.

ஒத்தக் கருத்துடைய மனிதரை ஒன்று சேருங்கள். அல்லாதவரை ஒதுக்கி தள்ளிவிடுங்கள் என்று சொல்ல மாட்டேன். அவர்களை உங்கள் வாழ்க்கையின் மதிப்புமிக்க பகுதிகளில் உங்களை ஆக்கிரமிக்காத வண்ணம் பார்த்து கொள்ளுங்கள் அவ்வளவுதான்.

ΔΔΔ

மற்றவர்களை மாற்றுவது நம் வேலையல்ல

இதை நான் சொல்லும் போது உங்களில் சில பேருக்கு ஒத்துக் கொள்ள முடியாததாக இருக்கலாம். ஆனால் உண்மை அதுதான். நம் வாழ்வின் பெரும் பொழுதை நாம் நம்மை சார்ந்தவர்கள் அல்லது நாம் சார்ந்திருக்கிறவர்கள் எப்படி இருக்க வேண்டும் என்று நிர்ணயிப்பதிலேயே அதிக கவனம் செலுத்துகிறோம். அது அப்படி இல்லாத போது ஏமாற்றமடைகிறோம். உங்களுக்கு எப்படி உங்கள் வாழ்க்கையில் விருப்பங்கள் இருக்கிறதோ, அதே போலதான் ஒவ்வொருவருக்கும் இருக்கும் என்பதை நாம் புரிந்து கொள்ள கடமைப் பட்டவராகிறோம். மற்றவர்களுடன் இந்த உலகில் நாம் ஒன்றிணைந்து வாழ்கிறோம். அதில் அவர்களுக்கான எண்ணங்கள் அவர்களுடைய உரிமை. அதனை நாம் புரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

உறவுமுறை சிக்கல்கள் எங்கு அதிகமாக எழுகிறது என்றால், ஒருவரை அவர்தம் இயல்பிலிருந்து நாம் வலுகட்டாயமாக மாற்ற முயற்சிக்கும் போதுதான்.

"சார், அப்போது என் கணவர் மதுப்பழக்கத்திற்கு மிகுந்த அடிமையாக இருக்கிறார். அவர் மாற வேண்டும் என்று நான் நினைப்பது தவறா" என்று ஒரு அம்மையார் என்னிடம் கேட்டார்.

"அம்மா, அதில் தவறேதும் இல்லை. ஆனால் அதை அவரிடமே சென்று நீங்கள் அவரை கட்டாயப்படுத்திக் கொண்டிருந்தால் அவர் பழக்கத்தை விட்டு விடுவாரா அவரை அந்த மதுவின் விளைவுகள் ஆட்கொண்டிருக்

கும் வரை நீங்கள் சொல்வது எல்லாம் அவருக்கு எதிர்ப் பாகத் தான் இருக்கும். நீங்கள் சொல்லும் இடத்தை மாற்றிப் பாருங்கள். இறைவனிடம் சரியாக உங்கள் விருப்பத்தை தெரிவித்து வாருங்கள். உங்கள் கணவர் மதுப்பழக்கத்திலிருந்து முற்றிலும் விடுபட்டவராகவும், உங்கள் குடும்பத்தை அன்போடு கவனித்துக் கொள் கிறவராகவும் மனக்கண்ணில் அகக்காட்சி காணுங் கள். எதையும் நிர்ப்பந்திக்காதீர்கள். இறைபேராற்றல் என் கோரிக்கையை நிறைவேற்றிக் கொண்டிருக்கிறது என்று எப்போதும் சொல்லிக் கொண்டே வாருங்கள். உங்கள் கணவரை நிபந்தனையற்ற அன்போடு பார்த்து வாருங்கள். நீங்கள் சில விஷயங்களை சிறிது பொறுத் துக் கொள்ளத்தான் வேண்டும். உங்கள் உணர்வலைக ளின் தன்மை பொறுத்து கால அளவு மாறலாம். அவ்வப் போது கைகளை உங்கள் கணவரை நோக்கி உயர்த்தி அவர்மீது பொன்னிற ஒளி வீசுவதாயும் அதனால் அவர் தன் பழக்கத்தில் இருந்து வெளியே வருவதாகும் கற் பனை செய்யுங்கள். பிரபஞ்ச பேராற்றல் தீர்க்கமாய் வேலை செய்கிறது என்று நம்புங்கள். நிலைமை மாறும். ஆனால் அதுவரை அவரிடம் உங்கள் கோபத்தை காட் டுவது, வெறுப்பை வெளிப்படுத்துவது, "நீ குடியை நிறுத் தித்தான் ஆக வேண்டும்" என்று வற்புறுத்துவது என்று எதையும் செய்யாதீர்கள். நீங்களும் மனம் அமைதியாக இருங்கள். காரணம் நீங்கள் மனிதனை நம்பவில்லை. மாறாக படைப்பின் மூலத்தை நம்புகிறீர்கள். நலமே உண்டாகும்"

என்று எனது ஆலோசனையை வழங்கினேன்.

உறவுகள் என்பது விட்டுக் கொடுப்பதிலும், நிபந்த னையற்ற அன்பு செலுத்துவதிலும் தான் இருக்கிறது. எல்லோருக்கும் எல்லா உறவுகளும் அப்படி அமைவ தில்லை. ஆனால் அதற்காக அதைப் பற்றி கவலைப் பட் டுக்கொண்டிருப்பதால் வாழ்க்கை அது சரியாகும் வரை உங்களுக்காக காத்துக் கொண்டிருப்பதும் இல்லை.

நாம் மற்றவர்கள் மாற வேண்டும் என்று நமது ஆற்றல் முழுவதையும் அதற்காக பயன்படுத்திக் கொண்டிருக்கி றோம். அவர்களிடம் நம் கருத்தை திணிக்க முயற்சிக்கி றோம். மேற்சொன்ன உதாரணத்தில் அவர் மாற வேண் டும் தான். அதனால் இறை பேராற்றலிடம் முறையிட சொன்னேன். ஆனால் எல்லா தருணங்களிலும் இதே போல் நம் பக்கம் தான் சரி என்றிருக்காது. அதனை நாம் தற்சோதனையில் தான் புரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

"நான் இந்த உறவில் எப்படி இருக்கிறேன்"

இந்த கேள்வி உங்களுக்கு பல பதில்களைத் தரக்கூ டும். எந்த விதமான கோரிக்கையும் இல்லாமல் நீங்கள் செலுத்தும் அன்பானது, இறையின் அன்பிற்கு ஒத்தது. இறை உங்களிடம் இருந்து தான் கொடுத்த செல்வங் களுக்கு எல்லாம் நீ இந்த பிரதியுபகாரங்கள் செய்ய வேண்டும் என்று எதிர்பார்ப்பது கிடையாது. ஆனால் அதே சமயம் நீங்கள் செய்யும் ஒவ்வொரு காரியத்திற்கும் உங்களுக்கு அச்செயல்களின் விளைவுகளை பலனாக உங்களுக்கு நிச்சயம் கொடுத்துக் கொண்டுதான் இருக் கிறது. கொடுப்பதும் பெறுவதும் நீங்கள்தான்.

நீங்கள் செலுத்தும் நிபந்தனையற்ற அன்பானது, நிச்சயம் ஒருநாள் உங்களுக்கு தேவைப்படும் போது திரும்ப கிடைக்கும். உங்களுக்கு நன்மை செய்வதா கவே அமையும். இன்னல் முகத்தை விடுத்து இன்மு கத்தை மட்டுமே காட்ட தொடங்குங்கள், உங்களுக்கு இன்னல் விளைவிப்பவர் கூட இருந்த இடம் தெரியாமல் காணாமல் போய்விடுவர்.

நமக்கு உண்மையில் என்ன வேண்டும்?

"வாழ்வில் உங்கள் ஆசை என்ன" என்று உங்களிடம் கேட்டால் நீங்கள் என்ன பதில் சொல்லுவீர்கள். கொஞ்சம் யோசித்து பாருங்கள். இது எல்லோருக்கும் ஒரே மாதிரி இருக்கும் என்று சொல்ல முடியாது. சிலரிடம் கேட்கும் போது, "வேண்டுதல் வேண்டாமை எமக்கொன்றும் இல்லை" என்பது போன்ற பதில்தான் வரும். அதுவும் ஒரு சலனமற்ற ஒரு ஆசைதான். ஒரு பக்கம் இந்த உலகத்தில் "ஆசையெ துன்பத்திற்கு காரணம்" என்று போதிக்கப்படுகிறது. உண்மையில் "ஆசை" என்பது இல்லாமல் பிரபஞ்சத்தின் "சூன்ய" நிலையில் இருந்து இத்தனையும் தோன்றியிருக்குமா என்பது சந்தேகமே. ஆசை என்பதுவே துன்பத்திற்கு காரணம் அல்ல. ஆனால் அந்த ஆசையை நிறைவேற்ற மனிதன் படும் பாட்டையே துன்பத்திற்கு காரணமாக சொல்கிறோம்.

ஆனால் அந்த ஆசையின் தன்மை அறிந்து, அதனை அடையும் சூட்சுமங்கள் அறிந்து, ஆசையை சீரமைத்து செயல்படும் போது வாழ்க்கை நமக்கு இன்பமயமாகவே அமைகிறது. திரு வேதாத்திரி மகரிஷி ஐயாவின் மனவ

ளக்கலையில் ஆசை சீரமைத்தல் பகுதியில் அவர் இப் படி தெரிவிக்கிறார்.

பழங்கால அருள்துறையினர் ஆசையினை வெறுத்து ஒதுக்கிப் பேசினார்கள்; ஆசையின் பால் கடுமையான வெறுப்பும் கூடச் செலுத்தப்பட்டது. ஆசையே அடியோடு கூடாது என்று அவர்கள் கூறி வந்தார்கள். ஆசை ஒழிந்த இடத்தில்தான் ஆன் மீகம் பிறக்கிறது என்றும் அவர்கள் கருதினார் கள். அவர்களோடு நாம் முழுமையாக முரண்ப டுவதாக நினைக்க வேண்டாம். ஆசையென்றால் என்ன என்று கொள்ளும் கருத்தில் தெளிவு சேர்த் தால் எல்லாம் சரியாகி விடும். அவர்கள் ஒழிக்க சொன்ன ஆசை, தீய ஆசை, தீய விளைவினைத் தரக்கூடிய ஆசை, ஒழுக்கக் குறைவான ஆசை என்று விளக்கம் கொண்டால் முரண்பாடு கிடை யாது.

ஆசையை அடக்கினால் அது பிதுங்கிக் கொண்டு வேறு வேறு துன்பங்கள் உருவாகும். ஆராய்ந்தால் பிறந்த இடத்திலேயே அது ஒடுங்கும். ஆசை நிறை மனமானால் மற்ற எல்லா நலன்களையும் பெறுவது எளிதாக சாத்தியமாகி, வாழ்வின் லட்சியமே நிறை வேறிய ஓர் உணர்வு உண்டாகும்.

ஆசையின் இயல்பறிந்து அதை நலமே விளவிக் கத்தக்க வகையில் பயன்படுத்தி ஒழுங்குபடுத்தி விட்டால், அதுவே ஞானமாகவும் மலரும்.

என்னைப் பொறுத்தவரை அத்தனைக்கும் ஆசை படுங்கள் என்றுதான் சொல்லுவேன். இப்பிரபஞ்சத்தில் எல்லாமே சீராக படைக்கப்பட்டிருக்கின்றன. பிரபஞ் சம் தன்னகத்தே உருவாக்கி வைத்துள்ள விதிகளின் படி எதையொன்றும் நாம் பெறுவதற்கு ஆசைப்படுவதில் தவறெதுவும் இல்லை. மற்றவர்களுக்கு எந்த துன்பமும் இல்லாமல், முடிந்தால் மற்றவர்களுக்கு நன்மை (இன்

பம்) விளைவித்து பெறக்கூடியது என்று கருதுவது எதன் மேலும் நாம் ஆசைப்படலாம்.

உண்மையில் அப்படி நாம் எதன் மீது அப்படி ஆசைப் பட்டுவிடுவோம். மனிதனுக்கு தேவையானது என்று கருதப்படுவது கீழ்காணும் மூன்று

- ஆரோக்கியம்
- செல்வம்
- உறவுகள்

இதைத் தாண்டி வேறு எதுவும் உள்ளதா. நாம் விரும் புவது எது ஒன்றும் இந்த மூன்றுக்குள் அடக்கமாகி விடும் அல்லவா நல்ல ஆரோக்கியமான, ஸ்லிம்மான அல்லது கட்டுமஸ்தான உடல் வேண்டும் என்பது நம் விருப்பமாக இருக்கலாம். அது ஆரோக்கியம். எனது ஏழ்மை நிலை மாறி மகிழ்ச்சிகரமான வாழ்க்கை வாழ எனக்கு செல்வ வளங்கள் வேண்டும் என்று கேட்கலாம். உடலும் மனமும் குளிர உடன் கூட இருப்பவர்களு டன் நல்லிணக்கமாக இருக்க நல்ல உறவுகள் வேண் டும் என்று கேட்கலாம். இந்த மூன்றில் ஒன்று இல்லா மல் போனால் கூட வாழ்க்கை முழுமையடைவதில்லை. நன்றாக நமது விருப்பங்களை கவனித்தோமேயானால் இந்த மூன்றை தான் இருக்கப் போவது இல்லை. இந்த மூன்றும் கிடைத்தப்பிறகு மனதிற்கு தேவைப்படுவது "ஆடம்பரம் அல்லது கேளிக்கை" ஆனால் அதனை உண்மையான தேவை என்று சொல்ல முடியாது.

உண்மையாக "வேண்டும்" என்ற விருப்பத்திற்கும், எனக்கு "தேவை" என்பதற்கும் வித்தியாசம் உள்ளது.

சிலரை பார்த்து வாழ்க்கையில் எதற்காக ஓடிக் கொண்டிருக்கிறீர்கள் என்று கேட்டால், பணம் சேர்க்க வேண்டும், பொருள் சேர்க்க வேண்டும், வீடு வாங்க வேண்டும், பிள்ளை-குட்டிகளை கரை சேர்க்க வேண்

டும், என்று எதையாவது சொல்லிக் கொண்டே இருப் பார்கள்.

சொந்தமாக ஒரு வீடு. அது தேவை. சொந்தமாக ஒரு பெரிய பங்களா. அது தனிப்பட்ட விருப்பம் (வேண்டு தல்).

இப்போது இந்த உதாரணத்தை இப்படி வைத்துக் கொள்வோம். "கட்டும் போதே பெரிய பங்களாவாக கட் டிக் கொள்வோம்," என்று நினைக்கிறோம் என்று வைத் துக் கொள்வோம். அதில் தவறேதும் இல்லை. ஆனால் மனதில் "ஒரு சிறிய வீடு கூட இல்லையே", என்ற ஏக் கம் தொக்கி நின்றாலோ. நம் முயற்சிகள் எல்லாம் வீண் தான். நாம் நம் வாழ்வில் "மன-அமைதியை" பெறுவது என்பதை கடைசி வாய்ப்பாக வைத்திருப்போம்.

"எவ்வளவோ வாழ்க்கையில் ஓடுகிறேன் ஆனால் நிம்மதி மட்டும் இல்லை", என்பார்கள் சிலர். "நிம்ம தியாக இருந்தால் தானே, வாழ்க்கையில் எல்லாமே கிடைக்கும்" என்பேன் நான். இந்த பதிலில் என்னை மேலும் கீழும் பார்த்துவிட்டு பதிலே இல்லாமல் சத்த முமில்லாமல் நழுவியவர்கள் தான் பலரும். நான் ஏதோ ஆகாததை பேசுகிறேன் என்பது போல பார்ப்பார்கள்.

> *"எப்போதும் சலசலத்துக் கொண்டிருக்கும் மனது எதுவும் படைப்பதில்லை. படைப்பு என்பது அமை திநிலையில் நடப்பது"*
>
> *ஜே. கிருஷ்ணமூர்த்தி*

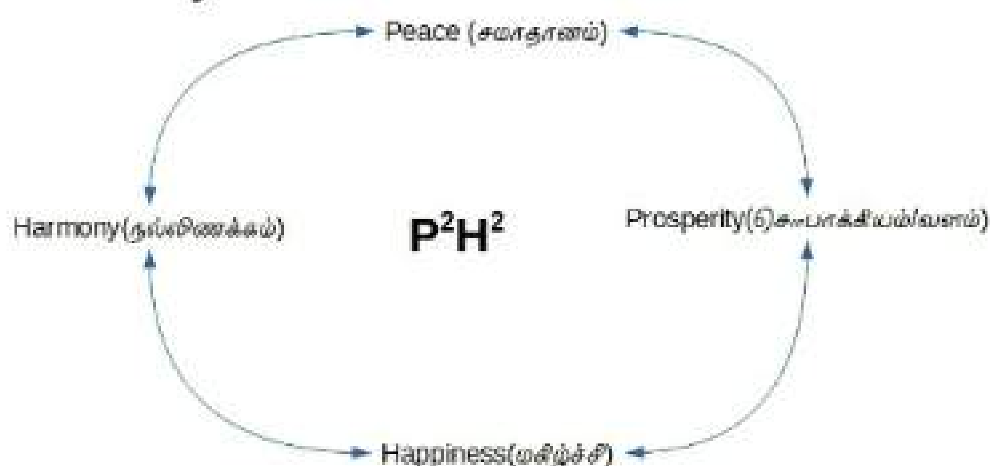
இந்த பிரபஞ்சத்தில் எல்லாம் நிற்சலன நிலையில் தான் படைக்கப்பட்டு கொண்டிருக்கிறது. பெரிய ஆர வாரம் இல்லை. கடுமையான முயற்சி இல்லை. ஆனால் எல்லாம் படைக்க்ப்பட்டுக் கொண்டே இருக்கிறது. தண்ணீர் நிற்சலன நிலையில் தான் நம்மை பிரதிபலிக் கும். அதில் ஏதோ ஒன்று பட்டு சலசலத்துக் கொண்டே இருந்தால் மனமும் அப்படித்தான். நிற்சலன நிலை

யில் தான் நமது தேவைகள், விருப்பங்கள், ஆசைகள் எதுவானாலும் பிரபஞ்சத்தில் படைக்கப்படும். இதனால் தான் "மன அமைதி" முதலில் வேண்டும் என்கிறேன் நான்.

நாம் மேற்கண்ட அடிப்படை மூன்றையும் வைத்துக் கொண்டு நமது ஆசைகளை, தேவைகளை ஆராயும் போது, அது பின்வருமாறு அமைகிறது.

அதை நான் ஆங்கிலத்தில் P Square H Square என்று திட்டப்படுத்தியுள்ளேன்.

P - Peace
P - Prosperity
H - Happiness
H - Harmony



நாம் வேண்டி விரும்பும் சமாதானம் தான் முதல் படி, அந்த சமாதானம் சகல சௌபாக்கியத்தையும் நமக்கு ஈர்த்து அல்லது படைத்து தருகிறது இதனால் மன தில் சந்தோஷம் உண்டாகிறது. மகிழ்ச்சியான மனநிலை இருக்கும் போது மற்றவர்களிடம், மற்ற ஜீவன்களிடம் போலும் ஒரு நல்லிணக்கம் உண்டாகிறது.

இது ஒரு வட்டம் போல. இருவழிப்பாதையும் கூட. மீண்டும் இதனை பின்வரிசையாக பார்த்தால் எல்லோ ரிடமும், எல்லாவற்றிலும் நல்லிணக்கத்துடன் இருக்கும் பட்சத்தில், நம் மனதில் மகிழ்ச்சி நிலை கொள்கிறது, இந்த மனநிலை நமக்கு வேண்டிய சகல சௌபாக்

கியங்களையும் பெற்றுத் தருகிறது. இதனால் மனதில் அமைதி குடி கொள்கிறது.

இந்த வட்டத்தில் எந்த பாதையானாலும் சரி விழிப்பு டண், ஆனந்த பரவசத்துடன் ஒவ்வொரு கணமும் கடக் கிறோம் என்றால் அடுத்த நிலைக்கு அதுவே நம்மை இட்டு செல்கிறது. நாம் நமக்கு வேண்டும் என்று நினைத்த அந்த அடிப்படை மூன்று இதனுள்ளேயே வந்து விடுகிறது அல்லவா?

இப்போது ஒரு பயிற்சி

ஒரு பேப்பரையும் பேனாவையும் எடுத்துக் கொள் ளுங்கள். பேப்பரை நீள்வாக்கத்தில் ஒரு கோடு வரைந்து கொள்ளுங்கள். உங்கள் ஆசைகள், விருப் பங்கள், உங்கள் அடிப்படைத் தேவைகள் அனைத்தை யும் எழுதுங்கள். மனதில் என்னென்ன தோன்றுகிறதோ அனைத்தையும் பட்டியலிடுங்கள்

இப்போது ஒவ்வொரு விஷயத்தை குறித்தும் உங்கள் மனதில் உடனே எழும் உணர்வை பின்வருமாறு குறியி டுங்கள்

0 - முடியவே முடியாது

1 - முடியும் ஆனால் கொஞ்சம் சிரமப்பட வேண்டும்

2 - கண்டிப்பாக முடியும்

நினைவிருக்கட்டும் உங்கள் உள்ளுணர்வு என்ன சொல்கிறதோ அதன் படி எழுதுங்கள். காரணமில்லா மல் மனம் அதை சொல்லாது. இனி வரும் பகுதிகளில் அதை சீரமைக்கும் வழிகளை பார்க்கலாம்.

பயத்தை வெல்வோம்

உணர்ச்சி ஏணியில் மிகவும் அடியில் இருப்பது "பயம்" எனும் உணர்ச்சி. கீழே இருப்பதால் ஆற்றல் அற்றது என்று அர்த்தம் கிடையாது. எதிர்மறை விளைவுகளை ஏற்படுத்தக் கூடிய ஆற்றல் பெற்றது என்று நாம் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். நீங்கள் வேண்டுமானால் உங்கள் வாழ்க்கையை சற்று திரும்பி பாருங்கள் பல்வேறு காலகட்டங்களில் உங்கள் வளர்ச்சிக்கு உங்கள் பயம் தான் தடையாய் இருந்திருக்கும். பயம் காரணமாய் விளைந்த தயக்கம் தான் உங்களை முன்னேற விடாமல் தடுத்திருக்கும். உங்கள் வாழ்க்கையில் நேர்மறை மாற்றத்தின் எதிரி உங்கள் பயம் தான்.

மாற்றத்தை எதிர் கொள்ள பயம், மாறாமல் இருப்பதனால் பயம், எதிர்காலம் குறித்த பயம், எதை நோக்கியவாறு முதல் அடி எடுத்து வைப்பதற்கு பயம், மனிதர்களோடு பழகுவதற்கு பயம், தனியே இருப்பதற்கு பயம் - என்று பயம் இங்கும் அங்கும் இரு முனைகளிலும் ஆட்கொண்டு சிம்மாசனம் போட்டு வீற்றிருக்கும். பயம் வந்து விட்டால் போதும் அதன் கூடவே கவலை, தரித்திரம், கோபம், தனிமை, பதட்டம் எல்லாம் கூடவே வந்துவிடும். பயம் வந்து விட்டால் நம் வாழ்க்கை ஒரு உணர்ச்சி போராட்டம் நிறைந்த போர்க்களமாக இருக்கும்.

பயத்தைக் களைய ஒரு பெரும் உண்மையை புரிந்து கொண்டால் போதும். பெரும்பாலும் பயம் என்பது ஒரு பாதுகாப்பை கருத்தில் கொண்டே வரும். நாம் எதிலாவது பாதுகாப்பின்மையை உணரும் போதுதான் பயம் வந்து ஒட்டிக் கொள்ளும். ஒரே ஒரு கேள்வி எழுப்பினால் போதும்,

"இந்த பிரபஞ்சத்தில் பாதுகாப்பானது என்று ஒன்று உண்டா"

இதற்கான விடையை ஒரு அரை மணி நேரம் முழு விழிப்புடன் தனியே உட்கார்ந்து யோசித்தால் கிடைத்து விடும்.

இந்த பயத்திற்கு ஒரு எதிரி உண்டு. அதுதான் நிபந்தனையற்ற அன்பு. இது வினோதமானது. ஆனால் அற்புதமானது. யாரென்று தெரியாதவர்களிடமும் அன்பு காட்ட வைக்கும். தெரிந்தவர்களிடமும் எந்த நோக்கமும் இல்லாமல் அன்பு கொள்ள வைக்கும். பாதுகாப்பைக் குறித்து இந்த இடத்தில் கவலை இருக்காது. ஒரு தாய் தன் பிள்ளையை வளர்க்கும் போது இவன் என்னை கடைசி காலத்தில் வைத்து காப்பாத்துவான் என்று நினைப்பது கூட நிபந்தனையுடன் கூடிய அன்புதான். ஆனால் அவ்வாறில்லாமல் அவள் தன் குழந்தையை வளர்க்கும் பட்சத்தில் அவளுக்கு அந்த பிள்ளை வளர்ந்து தன்னை பார்த்து கொள்ளும் என்ற எதிர்பார்ப்பும் அந்த எதிர்பார்ப்பு தரும் பாதுகாப்புணர்வும் இருக்காதல்லவா சரி அந்த தாயை ஒரு வேளை சந்தர்ப்ப சூழ்நிலையில் அந்த பிள்ளை பார்த்துக் கொள்ளா விட்டால் நிபந்தனையற்ற உண்மையான அன்பை செலுத்திய அந்த தாய்க்கு பிரபஞ்சம் வேண்டியதை உடனே செய்யும். அதுதான் பிரபஞ்சத்தின் ஈடு செய்தல் விதி நமக்கு சொல்வது.

நாம் செய்ய வேண்டிய இரண்டு விஷயங்கள் இருக்கின்றன. ஒன்று நமது பய உணர்ச்சியை விட்டொழிப்

பது. இரண்டு எதனோடும் யாரோடும் நிபந்தனையற்ற அன்பை செலுத்த கற்றுக் கொள்வது.

நமக்கு பயம் உண்டாக்கும் காரணிகள் எதுவெல்லாம் என்று கண்டறிய வேண்டும் முதலில். பிறகு அவற்றிற்கான மூல காரணங்களை கண்டறிந்து, "என் பயத்தை நான் வெல்கிறேன். நான் எப்போதும் வெற்றியே காண்கிறேன். என்னை எப்போதும் பிரபஞ்ச பேராற்றல் தாயன்புடன் வழிநடத்துகிறது" என்று சொல்லி அந்த பயங்கள் உங்களை விட்டு விலகுவதாக மனதிற்கு கற்பிக்க வேண்டும்.

குறிப்பு: இதற்கான பயிற்சித்தாள் வீடியோ பயிற்சி இணைப்பாக வாங்கியவர்களுக்கு பயிற்சிதளத்தில் கிடைக்கும்.

அடுத்து உங்களுக்கு தெரிந்தவராக இருந்தாலும் சரி, தெரியாதவராக இருந்தாலும் சரி எந்த ஒரு பிரதியுபகாரமும் எதிர்பாராத நிபந்தனையற்ற அன்பு செலுத்த பழகிக் கொள்ள வேண்டும். இதற்கு "நான் இதை அவனுக்கு/அவளுக்கு செய்தேன், அதனால் அவன்/ அவள் அதை எனக்கு இதையெல்லாம் செய்ய வேண்டும்" என்ற எண்ணம் எழும் இடத்திலெல்லாம் "பரவாயில்லை. வாழ்க வளமுடன்" என்று சொல்லிப் பழகினாள் போதுமானது.

உதாரணத்திற்கு பெற்றோர்கள் "நான் அவனுக்காக/ அவளுக்காக இவ்வளவு கஷ்டப்பட்டிருக்கிறேன். அதற்காக அவன்/அவள் என்னை பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும்" என்ற நிபந்தனையை மாற்றி "என்னை தாயன்புடன் பிரபஞ்சம் வழிநடத்துகிறது. என் பிள்ளைக்கு இனியும் ஏதேனும் செய்ய எனக்கு சக்தி கொடுக்கிறது. அவன் நீடுழி வாழ்க வளமுடன்" என்று சொல்லிப் பாருங்கள்.

கவலை வேண்டாம். நிச்சயம் எப்பேற்பட்ட பிள்ளையாக இருந்தாலும் உங்கள் மனதின் மகத்துவம் உங்

களிடமே அவனை/அவளை கொண்டு வந்து சேர்த்து பார்த்து கொள்ள வைக்கும். அதையும் எதிர்பார்க்காமல் அன்பு செலுத்துங்கள் என்பதே சொல்லவரும் சூட்சுமம்.

ΔΔΔ

வளச்சிந்தனை இருக்கிறதா இல்லையா?

நாம் விரும்பியது எதுவும் வாழ்வில் கிடைக்காமல் போவதற்கு, குறிப்பாக பொருள் ரீதியான விருப்பங்கள் நிகழாமல் போவதற்கு அடிப்படையில் நமது மூன்றே மூன்று சிந்தனையோட்டங்கள் தான் காரணம்.

- நம்மை கட்டுப்படுத்தும் ஆழ்நம்பிக்கைகளால் விளைந்த சுய-சந்தேகம்
- தகுதி இல்லை என்ற எண்ணம் - நம் விருப்பம் விஸ்வரூபம் எடுத்து ஆடும் தருணம் இது
- வளச்சிந்தனை இல்லாமை (பிரபஞ்ச அபரிமிதத்தைக் குறித்து தெளிவு இல்லாதது)

இவை மூன்றும் நமது தடைக்கற்கள் போன்றது. இந்த தடைக்கற்களை தாண்டினாலே ஒழிய நாம் நினைப்பது ஈடேற வாய்ப்பே இல்லை.

அதிலும் குறிப்பாக அந்த மூன்றாவதாக சொல்லப்பட்டிருக்கும் பிரபஞ்ச அபரிமிதத்தை குறித்து நாம் முழுதும் உணராமை. இதுவரை இந்த புத்தகத்தை நீங்கள் கடந்து வந்திருக்கிறீர்கள் என்றால் நிச்சயம் உங்களுக்குள் அந்த வள சிந்தனை ஏற்பட்டிருக்க வேண்டும். இல்லையென்றாலும் பின்வரும் கருத்தை உங்கள் சிந்தனையில் வையுங்கள்.

அபரிமிதம் என்பது என்ன

ஒரு கூடைக்குள் ஆப்பிள்கள் இருக்கின்றன என்று வைத்துக் கொள்வோம். அவை எத்தனை என்று எண்ண முடியுமா நிச்சயம் எளிதாக எண்ணிவிடலாம். ஒரு ஆப்பிளை எடுத்துக் கொள்ளுங்கள். அதில் உள்ள விதைகளை நம்மால் எண்ண முடியுமா ஆம். ஒரு மாதிரி எண்ணி விடலாம். சரி அந்த விதைகளில் ஒன்றை எடுத்துக் கொள்ளுங்கள், இதில் எத்தனை ஆப்பிள்கள் இருக்கின்றன என்று கேட்டால் என்ன பதில் சொல் வீர்கள் எண்ணிலடங்காதது. அல்லவா விதை முளைக் காமல் போகலாம் என்று குதர்க்கமாய் பேசாதீர்கள். முளைத்தால் என்ன என்று தான் கேட்கிறேன். இந்த எண்ணிலடங்காததைத்தான் நாம் அபரிமிதம் என்கி றோம்.

இப்பிரபஞ்சத்தில் எல்லாம் அபரிமிதமாய் இருக்கி றது. வற்றாயிருப்பு என்று எப்போது இறைநிலையை கண்டறிந்தோமோ அப்போதே அதிலிருந்து எத்தனை கோரி பருகினாலும் அது வற்ற போவதில்லை என்பதை புரிந்து கொள்ளுங்கள். நீங்கள் கேட்கும் பணம் வேண் டுமானால் காகிதமாக இருக்கலாம். அதில் உள்ள அதன் மதிப்பு, மனம் கொடுத்தது. உங்கள் மனம் விரும் பும் அந்த மதிப்பு உங்களுக்கு அரசாங்கத்தால் காகிதத் தில் அச்சடிக்கப்பட்டு கொடுக்கப்படுகிறது.

வளசிந்தனையை உங்களுக்குள் தூண்டும் சில புள் ளிக்குறிப்புகள்

- இப்பிரபஞ்சத்தில் அள்ள அள்ள எதுவும் குறைவ தில்லை.
- எல்லாம் நிறைவாக இருக்கிறது.
- நாம் விரும்பும் எதுவும் கனகச்சிதமாக வேண்டிய நேரத்தில் வெளிப்படுகிறது.

- நாம் விரும்புவன யாவும் அருவில் இருந்து நம் விருப்பத்திற்கு ஒத்திசைந்து உருவாகிறது
- இல்லாதது என்று இப்பிரபஞ்சத்தில் எதுவும் இல்லை.
- நம்மிடம் என்ன இருக்கிறதோ அது பொருளோ, அறிவோ அல்லது அன்போ அதனை மற்றவருக்கு நிபந்தனையின்றி கொடுக்கும் போது அது பன்மடங்காக நம்மிடம் திரும்பி வருகிறது.

இப்போது இங்கே இக்கணம்

90களில் தூர்தர்ஷன் தொலைக்காட்சியில் ஒளி பரப்பான மகாபாரதத்தை நாம் மறந்திருக்க மாட்டோம். அந்த தொடரில் ஒவ்வொரு வார மும் தொடக்கத்தில் ஒரு சக்கரம் சுழன்று கொண்டே "நான் காலம் பேசுகிறேன்" என்று ஆரம்பிக்கும். இந்த உலகில் யார் வந்தாலும் போனாலும், எத்தனை நன் மைகள் நடந்தாலும் தீமைகள் நடந்தாலும் நான் மட் டும் நிலையானவன். எல்லாவற்றையும் பொறுமையாக பார்த்துக் கொண்டிருப்பவன் என்ற கருத்தை ஒவ் வொரு முறையும் ஆணித்தரமாக சொல்லும் அது. பிர பஞ்சத்தின் கால-வெளி தத்துவம் நமக்கு புரிந்து விட் டால் நிறைய விஷயங்கள் மிகவும் எளிது. ஆனால் அவ் வளவு சீக்கிரம் நமக்கு அது பிடிபடாது.

இந்த உயர்ந்த தத்துவத்தை அதே நிலையில் உணர் வது ஒரு புறம் இருக்கட்டும். நம் தினசரி வாழ்க்கை யில் நம்மை கட்டிப்போடும் ஒரு விஷயமாகவே நாம் காலத்தை வைத்துக் கொண்டிருக்கிறோமே. அதை என்னவென்று சொல்வது

நம் வாழ்க்கையை ஒரு முறை அலசிப்பார்த்தால் புரி யும். நாம் எப்போதும் கடந்த கால சுமைகளை பற்றி

நிகழ்காலத்திலும் நினைத்துக் கவலையடைந்து அதனால் ஏற்படும் தவறால் எதிர்காலத்தையும் இழந்து கொண்டிருக்கிறோம். நாம் இப்போது கடந்த காலத்தை குறித்து நினைத்துக் கொண்டிருப்பதால் நிகழ்காலத்தில் நம்மை நாம் இழந்து கொண்டிருக்கிறோம்.

"உங்கள் எதிர்காலம் இப்போதுதான்", என்பார் ஜே. கிருஷ்ணமூர்த்தி.

"உங்கள் எதிர்காலம் என்பது நிகழ்காலத்தி லூடே நடக்கும் பயணம்"

என்று தமது சொற்பொழிவுகளில் எப்போதும் சொல்லுவார். காரணம் என்ன இக்கணத்தில்தான் இருக்கிறது நம் வாழ்க்கை. கடந்த காலத்தை நினைத்துக் கொண்டிருப்பதாலோ, எதிர்காலத்தை குறித்து பதட்டம் கொள்வதாலோ, நாம் இழந்து கொண்டிருப்பது இக்கணத்தைத் தான்.

ஒரு க்ஷணம் என்று சொல்வதற்குள் அந்த க்ஷணம் என்பது ஓடிவிடும். நாம் இழந்தது எது வேண்டுமென்றாலும் திரும்பப் பெறலாம். ஆனால் பெற முடியாத ஒன்றே ஒன்று காலம். இக்கணத்தில் நாம் என்ன, எப்படி செய்கிறோம் என்பதைப் பொறுத்துதான் நம் எதிர்காலம் அமையும்.

எந்த செயலையும் ஒத்திப் போடுதல் என்கிற ஒரு கெட்டப் பழக்கம் நம் எல்லோரிடத்திலும் உண்டு. இந்த ஒத்திப்போடுதல் என்பதால் வரும் விளைவுகள்தாம் நம் எதிர்காலம். அதனால்தான் தத்துவஞானிகள் யாவரும் இக்கணத்தில் விழிப்புணர்வு என்பதைக் குறித்து ஆழமாக பேசியவண்ணம் இருந்தனர்; இருக்கின்றனர்.

நம் கவலைகள் எங்கே இருந்து பிறந்தன என்று பார்த்தால், எல்லாமும் பழைய கடந்த கால கஷ்டங்களை நினைவில் நிறுத்துவதில் இருந்து பிறந்ததாக இருக்கும். அந்த கடந்த கால சுமைகளை இறக்க தெரியாமல், இறக்க முடியாமல் தவித்துக் கொண்டே

நாம் நிகழ்காலத்தை வீணடித்துக் கொண்டிருக்கி றோம். இந்த கடந்த கால பிணைப்புகளிலிருந்து நாம் வரவேண்டியது அவசியம். அதற்கு கடந்த காலத் தில் நமக்கேற்பட்ட அத்தனை இன்னல்களையும் மன் னிக்க வேண்டியது அவசியம். நமக்கு இன்னல் விளை வித்தோரை மன்னிக்க வேண்டியது அவசியம். நம்மை நாமே மன்னித்துக் கொள்ள வேண்டியது அவசியம்.

கடந்த கால பிணைப்புகளாக நம்மைஎதுவெல்லாம் பிணைத்து வைத்திருக்கிறது என்று அறிந்து அதனை அடுத்து வரும் "எண்ணம்" பகுதியில் சொல்லப்பட்டி ருக்கும் பயிற்சி வழி களைந்து புதியவராக மாறவேண் டும். அடுத்து, கடந்த காலம் எப்படி இருந்தாலும் பர வாயில்லை, உங்கள் வாழ்க்கை இப்போதுதான் புதி தாக ஆரம்பிக்கிறது என்ற ரீதியில் உங்கள் பாவங்களும் தோரணைகளும் அமையவேண்டும். உங்களை மன் னித்தலும் உங்களை லேசாக்கி நீங்கள் இக்கணத்தில் முழு விழிப்புணர்வுடன் இருப்பதற்கு உதவும்.

ஒரு வேளை நான் மரணித்து இருந்தால்

வேறு எங்கோ படித்த ஒரு குட்டிக்கதை. ஒரு வருக்கு ஒரு பெரும் வியாதி. குணப்படுத்திக் கொள்ள மருத்துவரை நாடினார். மருத்துவரோ எப்போதும் போல பல பரிசோதனைகளை செய்து விட்டு, "ஐயா, நீங்கள் சாகப் போகிறீர்கள். உங்க ளுக்கு வந்திருப்பது கொடிய வியாதி. மன்னியுங் கள்," என்றார்.

உடனே அந்த நோயாளி திடுக்கிட்டு,"ஐயோ. அப் படி சொல்லாதீங்க டாக்டர். நிச்சயமாக வழி இருக் கும். பாருங்க", என்று கெஞ்சுகிறார்.

யோசித்த மருத்துவர், "அப்படியா. ஒரு ஆபரேஷன் பண்ணிடலாம். அதனால கொஞ்சம் மரணத்தை தள்ளிப் போட முடியும்," என்று சொல்லவே நம்மா ளும் ஆபரேஷனுக்கு தயாராகிறார்.

ஆபரேஷன் எல்லாம் முடிந்து விடுகிறது. நம்ம வரை மீண்டும் வார்டுக்கு கொண்டு வந்து கிடத்து கிறார்கள். அவருக்கு விழிப்பு வரும் போது மருத்து வர் புன்னகைக்கிறார்.

"டாக்டர். நான் பிழைச்சுகிட்டேனா ரொம்ப நன்றி டாக்டர். இன்னும் எத்தனை காலம் நான் உயி

ரோடு இருப்பேன். சொல்லுங்கள் டாக்டர்," என்று கேட்கிறார்.

"கவலைப்படாதீர்கள். நீங்கள் இன்னும் பத்து..." என்று இழுக்கிறார்

"பத்து என்றால் பத்து மாதமா, பத்து வாரமா, பத்து நாளா..." பதட்டத்துடன் நம்மாள் கேட்க

மருத்துவரோ தம் கைகடிகாரத்தை பார்த்து, "பத்து, ஒன்பது, எட்டு..." என்று எண்ண ஆரம்பிக்கிறார்.

நம்மில் மிக்கவரும் அப்படித்தான். காலச்சக்கரம் சுழன்று கொண்டிருப்பதை உணர்வதே இல்லை. இருக்கும் காலத்தில் உருப்படியாக எதையாவது செய்வோம் என்று செய்வதேயில்லை. இன்னும் காலமிருக்கிறது என்ற மாயையில் தான் வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறோம்.

வாழ்க்கையின் இறுதித் தருவாயில் இருந்த பலரி டம் ஒரு சர்வே நடத்தப்பட்டது. அதில் அவர்களி டம் உங்களுக்கு சிறிது கால நீட்டிப்பு கிடைத்தால் என்ன செய்வீர்கள் என்று கேட்கப்பட்டது. அப் போது அதில் பலரும் சொன்ன பதில், ஏதோ ஒரு பொருள் வேண்டும், பணம் வேண்டும் என்பதல்ல. அவரிடம் நான் என் அன்பை தெரிவிக்க மறந்து விட்டேன், இந்த நேரத்தில் என் வாழ்க்கையை நான் தவறாக வாழ்ந்து விட்டேன் அதனால் மன் னிப்பு கேட்க வேண்டும் என்ற ரீதியில் தாம் செய் யத் தவறிய விஷயங்களை வருத்தத்துடன் தெரி வித்தார்களாம்.

என் வாழ்க்கையில் மரணத் தருவாயில் மருத்துவ மனையில் நான் கிடந்த போது ஒரு இரவு விழிப்பு வந்தது. "தண்ணீர் வேண்டும்" என்றேன். அங்கி ருந்த "நர்ஸ்", தர வேண்டாம் என்று டாக்டர் கூறியி

ருப்பதாக சொன்னார்கள். என் அம்மாவை பார்க்க வேண்டும் என்றேன். அழைத்து வந்தார்கள். அவரிடமும் "தண்ணீர் வேண்டும்" என்றேன். "இந்நிலையில் தண்ணீர் குடித்தால் உனக்கு ஆபத்து," என்றார்கள். "தண்ணீர் கிடைக்காமல் உயிர் வாழ போராடுவதை விட, ஒரு சொட்டுத் தண்ணீர் கிடைத்து அதைக் குடித்து உயிர் மடிவதே மேல்", என்று நான் சொன்ன அந்த நிகழ்வு இன்றும் என் கண்முன் நிற்கிறது. ஒரு முடியில் தான் தருவேன் என்று பிறகு நர்ஸ் ஒரு மூடி தண்ணீர் கொடுத்ததும் மறுநாள் காலை டாக்டர் வரும் வரை அந்த ஒரு மூடித் தண்ணீரைக் கொண்டு நான் கடந்ததும் வேதனையிலும் வேதனை.

இந்த நிகழ்வை நான் நீங்கள் என் மேல் பச்சாதாபப்பட வேண்டும், பரிதாபத்துடன் பார்க்க வேண்டும் என்று சொல்லவில்லை. மரணம் நிதர்சனமானது என்பது உண்மை. ஆனால் அது வரை நம் காலத்தை நாம் எப்படி கழித்துக் கொண்டிருக்கிறோம் என்பதையும் பார்க்க வேண்டும் என்பதை நினைவுக் கூறவே இதை சொன்னேன். வாழ்வில் எல்லாமும் நம் கண்முன் கொட்டிக் கிடந்த காலத்தை அனாயாசமாக சும்மா தூக்கிபோட்டு கழித்த நாட்கள் இருக்கும். ஆனால் ஒரு சொட்டுத் தண்ணீர் கூட கிடைக்காமல் போன நேரத்தில் மட்டும் தான் நமக்கு அது நினைவுக்கு வரும். எனக்கு அப்படித்தான் நினைவுக்கு வந்தது.

அந்த நிகழ்வுக்கு பிறகு, பல நாட்கள் மருத்துவமனையிலும்,பிறகு வீட்டு கிடக்கையிலும் யோசித்திருக்கிறேன். ஒரு வேளை அன்று நான் மரணித்திருந்தால், என்னவாகியிருக்கும் எதையெல்லாம் பிறகு பார்த்துக் கொள்ளலாம் என்று தள்ளி போட்டேனோ அது எதுவும் நடந்திருக்காது. யாரையெல்லாம் உதாசீனப்படுத்தினேனோ அவர்களிடம் என் தவறுணர்ந்து மன்னிப்பு கேட்க வாய்ப்பு

அமைந்திருக்காது, எந்த வாழ்வை லட்சியம், லட்சியம் என்று வேறு எந்த சிந்தனையும் சுரத்தையும் இல்லாமல் கடந்தேனோ அந்த நாட்களை புரிந்து கொண்டு "இக்கணமே நிதர்சனம். முழுமையாக ஆனந்த வாழ்க்கை வாழ்வோம்" என்கிற புரிதலுக்கு வாய்ப்பு இருந்திருக்காது. அம்மாவிடமோ, அப்பாவிடமோ, குடும்பத்துடனோ சிரித்து பேசி பொழுதைக் கழிக்க வாய்ப்பு அமைந்திருக்காது. பிணங்கி சென்ற நண்பர்களை மீண்டும் வாஞ்சையாய் அழைத்து அன்புடன் நட்பு பாராட்ட முடிந்திருக்காது.

இக்கணத்தின் பெருமை அறிந்து நான் செயல்பட நடந்த போது, அதுமுதல் என்னை மரணம் பயமுறுத்தியதில்லை. வாழ்வு நிறைவாகவே கழிகிறது.

உலகத்திற்கு நன்மை செய்யுங்கள் உங்களுக்கு நன்மை விளையும்

தன்னுடைய "மனம் தரும் பணம்" புத்தகத்தில் நெப்போலியன் ஹில் பணத்தை (வளத்தை) பெறுவதற்கு தினமும் செய்ய வேண்டிய காரியம் என்று ஒரு ஆறு குறிப்புகளை தந்திருப்பார். அதில் உங்களுக்கு எவ்வளவு பணம் வேண்டுமோ அதை என்று வேண்டும் என்பது வரை தெள்ளத்தெளிவாக எழுதிக் கொள்ளுங்கள், பிறகு எழுதியதை தினமும் காலையும் மாலையும் வாய்விட்டு சொல்லி வாருங்கள் என்று குறிப்பிட்டிருப்பார். நாமும் நமக்கு இத்தனை கோடி வேண்டும், இன்னும் ஒரு மாதத்திற்குள் வேண்டும் என்றெல்லாம் எழுதி அதை காலையும் மாலையும் சுயப்பிரகடனமாக சொல்ல தொடங்குவோம். நீங்கள் குறிப்பிட்ட நாள் வரும் ஆனால் அந்த கோடி வரவே வந்திருக்காது. உடனே இதெல்லாம் பொய் என்று மனதை தேற்றிக் கொண்டு அடுத்த வேலையை பார்க்க போய்விடுவோம்.

உண்மையில் அவர் எழுதிய அந்த குறிப்புகளில் ஒரு முக்கிய பகுதியை நாம் விட்டுவிடுகிறோம் என்பது தெரியுமா உங்களுக்கு. என்னிடம் அது குறித்து ஆலோசனை கேட்பவர்களிடம் அனைவரிடமும் அந்த ஒற்றுமையை என்னால் பார்க்க முடிந்தது. தனது குறிப்புகளில் டாக்டர் நெப்போலியன் ஹில் இரண்டாவது படியில் "உங்களுக்கு எவ்வளவு வேண்டுமோ அதை எழுதுங்கள். அந்த தொகைக்கு ஈடாக உங்களால் இந்த உலகத்திற்கு எதைத்தர முடியுமோ அதையும் சிந்தித்து அதையும் குறிப்பிடுங்கள்" என்று எழுதியிருப்பார்.

ஆனால் நாம் பெரும்பாலும் அந்த "ஈடாக தருவது" என்பது என்ன என்றே புரிந்து கொள்வதில்லை. அதை சற்றுத் தெளிவாக நாம் இங்கு காண்போம். பணம் நமக்கு எப்படி கிடைக்கிறது சொல்லுங்கள்.

நிச்சயம் எதையாவது ஒன்றை செய்தால் தான் பணம் கிடைக்கிறது. இந்த செயல் அதன் இடம், மற்றும் தரத்திற்கு ஏற்றார் போல் பணமாக மாறி கிடைக்கிறது. கண்டிப்பாக நமக்கு பணம் வேண்டும் என்றால் நம்மிடம் உள்ள எதையாவது - பொருளையோ செயலையோ - அதற்கு ஈடாக தர வேண்டும். அல்லவா நாம் பிரபஞ்சத்திடம் பணம் வேண்டும் என்று கேட்கும் போது நூறு, இரு நூறா கேட்போம். நிச்சயம் லட்சங்கள், கோடிகள் என்று தான் கேட்போம். அப்படியென்றால் நிச்சயமாக அதற்கு ஈடாக நீங்கள் என்ன செய்ய வேண்டுமோ, அல்லது தர வேண்டுமோ அதை கொடுக்கத்தானே வேண்டும். பிரபஞ்சத்தின் கொடுத்தல் மற்றும் பெறுதல் விதி அல்லது ஈடு செய்தல் விதி அதைத்தான் சொல்கிறது.

ஒருவர் என்னிடம் கேட்டார். "அந்த நடிகர் என்ன செய்கிறார் என்று அவருக்கு கோடிகள் போய் சேருகிறது", என்று.

"அவர் பிரபஞ்சம் தனக்கு கொடுத்திருக்கும் பகுதியை புரிந்து கொண்டு செயல்படுகிறார் சார். ஒவ்வொருவரையும் உற்சாகப்படுத்துவது அவருடைய வேலை.

அதுவும் அவரின் நடிப்பினால் உலகம் முழுதும் கோடிக் கணக்கான பேர் தம்மை மறந்து சிரிக்கின்றார்கள். அதுவே அவர் தரும் ஈடு" என்றேன் நான்.

இதைப் போலவே தான் ஒரு நல்ல ஓவியர், ஒரு நல்ல இசைக் கலைஞர் போன்றவர்கள். தமக்கு கொடுக்கப் பட்ட திறமையை சரியாக பலருக்கும் பயன்படும் வித மாக பயன்படுத்துவதால் அவர்களிடம் சகல சௌபாக் கியமும் பெருகுகிறது. அதே போல நமக்கு கொடுக்கப் பட்டிருக்கும் தனித்தன்மை, திறன்கள், கல்வி போன்ற வற்றை பலரும் பயன்படும் விதமாக கொடுக்கும் போது நமக்கும் வளர்ச்சி ஏற்படுகிறது.

பெரும்பாலும் எல்லோரும் இந்த பகுதியில் நான் சொல்லப்போவதை முழுமையாக ஏற்றுக் கொள்ளப் போவதில்லை. அப்படியென்றால் பணம் வைத்திருப்ப வர்கள் எல்லோரும் நல்லவர்களா மிரட்டி பணம் சம்பா திக்கும் கூட்டம் ஒன்று இருந்து கொண்டே இருக்கிறதே, என்று நீங்கள் கேட்கலாம். மீண்டும் இந்த ஈடு செய் தல் விதியை பார்ப்போம். "வாளெடுத்தவன் வாளாலும், சொல்லெடுத்தவன் சொல்லாலும் சாய்க்கப்படுவான்", என்பது தான் இறைநியதி. மற்றுள்ளோரை துன்புறுத்தி கிடைப்பதெல்லாம் உண்மையான செல்வமாகாது. அப் படி சேர்த்தவர்களால் நாம் இப்புத்தகத்தில் பேசி வரும் ஆனந்தமான, நிம்மதியான, நிறைவான வாழ்வு கிடைக் காது.

என்ன இருக்கிறதோ அதை கொடுப்போம்

நான் பணத்தைதான் கொடுக்க வேண்டும் என்று சொல்லவில்லை. அதனை தெளிவுப்படுத்திக் கொள் வோம். "என்னிடம் இருந்தால்தானே நான் கொடுப்ப தற்கு", என்று நீங்கள் கேட்கிறீர்களா அப்படியென்றால் நீங்கள் இன்னும் பிரபஞ்ச அபரிமிதத்தை புரிந்து கொள் ளவில்லை என்றே அர்த்தம். உங்களுக்கு கொடுக்

கப்படவேண்டியது ஏற்கனவே கொடுக்கப்பட்டாகி விட்டது. தனித்திறமையாக, ஒரு செயலின் தொடக்கமாக, ஒரு உந்து சக்தியாக, உங்களுக்கு உங்கள் வாழ்வில் நீங்கள் இப்போது இருக்கும் நிலையில் உங்களிடம் ஏதோ ஒன்று நிச்சயம் இருக்கிறது. அதைக் கொடுக்கப் தொடங்கினால் போதும். உங்களிடம் கொடுப்பதற்கு உங்கள் அறிவுதான் உள்ளது என்றால் அதனை பகிரத் தொடங்குங்கள். நிறைவாக பகிருங்கள்.

பெறுபவர்களால் அதிர்வுகள் ஏற்படுத்தப்படுகிறது

நீங்கள் கொடுத்தது பெறுபவர்களின் அதிர்வலைகளால் பிரபஞ்சத்திற்கு தெரிவிக்கப்படும். அவர்களால் திரும்ப கிடைக்கும் என்று எதிர்பாராது நீங்கள் கொடுக்க வேண்டும். அந்த நிலையில் அவர்கள் திரும்பக் கொடுக்கிறார்களோ இல்லையோ பிரபஞ்சத்தில் ஏற்பட்ட அதிர்வுகளால் உங்கள் கணக்கு சமன் செய்யப் படும்.

நாம் தொடக்கத்தில் பார்த்த டாக்டர் நெப்போலியன் ஹில்லை வெற்றியின் விதிகள் எழுதத் தூண்டிய ஆண்ட்ரூ கார்னகி ஒரு தொழிலதிபர்தான். ஆனால் இளம் நிருபரான ஹில்லிடம் அவர் ஒரு ஒப்பந்தம் செய்தார், "நீ மற்ற வெற்றியாளர்களைக் கண்டு பேட்டியெடுத்து அவர்களின் வெற்றி வழிமுறைகளை நீ தொகுக்க வேண்டும். அதற்கு ஆகும் செலவுகளைத் தவிர்த்து நான் ஒரு ரூபாய் கூட உனக்கு சம்பளமாய் தரமாட்டேன். ஆனால் அந்த தொகுப்பை எந்த விதமான நிர்ப்பந்தமும் இல்லாமல் நீ முடிக்க வேண்டும்." என்பதுதான் அந்த ஒப்பந்தம். ஐயோ எனக்கு சம்பளம் இல்லையே என்று டாக்டர் ஹில் ஓடி ஒளியவில்லை. மாறாக சிறிது யோசனைக்குப் பின் சரி என்றார். அதன் பின் அவரின் "தின்க் அண்ட் க்ரோ ரிச்" புத்தகம் உட்பட்ட வெற்றி

விதிகள் தொகுப்பு லட்சக்கணக்கில் விற்று பல்லாயிரக் கணக்கான கோடீஸ்வரர்களை உருவாக்கிக் கொண்டிருக்கிறது. ஒரு ரூபாய் கூட சம்பளம் வாங்காத நெப்போலியன் ஹில்லும் அதன் பின் கார்னகியின் கூட்டணியில் இணைந்து கோடீஸ்வரரானார்.

தனது பவர் ஆஃப் இண்டென்ஷன் புத்தகத்தில் டாக்டர் வேய்ன் டையர் ஒரு இடத்தில் குறிப்பிட்டிருப்பார்

"அன்பு மற்றும் எல்லா உயிர்களிடத்தும் மரியாதை வைக்கக் கூடிய வகையில் சிந்திக்கும் ஆற்றல் பெற்ற ஒருவர், அதாவது ஒருவரே ஒருவர், குறைந்த அலைவரிசையில் சிந்தித்து செயல்பட்டுக் கொண்டிருக்கும் மனிதர்களில் சுமார் 75000 பேரிடம் தாக்கத்தை ஏற்படுத்தமுடியும்"

அடேயப்பா. அதே இடத்தில் அடுத்த சில வரிகளுக்குள் கீழ்காணும் வரிகளை எழுதியிருப்பார்.

"இந்த உடலுக்கு அப்பால் உள்ள பிரும்ம சக்தியை பற்றியும் புனிதமே மிகுந்த தெய்வத்தின் பேரழகு போன்றவற்றைப் பற்றி சிந்திக்கும் ஒரே ஒருவர் - ஒன்றே குலம் ஒருவனே தேவன் - என்று எண்ணும் ஆற்றல் படைத்தவர் சுமார் 7 கோடி மக்களுக்கும் மேலாக தனது ஆற்றல் அலைவரிசையைக் கொண்டு தாக்கத்தை ஏற்படுத்த முடியும்"

இப்போது சொல்லுங்கள் மனிதம் தழைக்க வைக்க நம்மால் முடியுமா முடியாதா. இது செய்வதால் நாம் நல்ல ஆற்றல் அலைகளையே பிரபஞ்சத்தில் செலுத்தி வருகிறோம். அப்படியென்றால் நமக்கு நன்மையே நடக்கும். மற்றவர்களின் நன்மைக்காக நாம் நமது செயல்களை

அமைத்துக் கொண்டிருக்கிறோமா என்று மட்டும் உறுதி செய்து கொள்ள வேண்டும்.

ΔΔΔ

ஒவ்வொரு நாளையும் இப்படி தொடங்கலாமே

உணர்வலைகள் அதிக ஆற்றல் மிக்க நன்மையை செய்யும் உணர்வலைகளாக அமைய வேண்டும் என்றால், காலை முதல் மாலை வரை நாம் செய்யக் கூடிய செயல்கள் பல உண்டு. அதில் ஒருவகை "random acts of kindness and love" எனப்படும் குறிப்பான எந்த நோக்கமுமின்றி செய்யப்படும் கருணை மற்றும் அன்பின் செயல்களாகும். இதை நான் மனமார்ந்து பலவிதங்களில் என் வாழ்வில் வெளிப்படுத்தத் தொடங்கினேன். சிறியது முதல் பெரியது வரை ஒவ்வொன்றும் எனது மனதில் விளக்கமுடியா ஒரு நிறைவுணர்ச்சியை தருவதாக அமைந்தன.

திடீரென்று ஒரு காலையில் கண்விழித்ததும், "நம்மால் பெரிய அளவில் எதையும் செய்ய முடியாது என்றாலும் ஒரு நாளைக்கு பத்து ரூபாய் சேமித்து வைக்க முடியுமல்லவா," என்று தோன்றியது. உடனே செயல்படுத்த தொடங்கினேன். இன்று வரை நிறுத்தவில்லை. இடையில் சில நாட்கள் தவறிவிடும் என்பதை மறுக்கவில்லை. ஆரம்பத்தில் ஒரு கட்டத்தில் இது ஒரு கூட்டுத் தொகையாக சேர, அதனை உடனே எடுத்துக் கொண்டு கூட சிறிது தொகையையும் உடன் சேர்த்து எனது அம்மா வேலை செய்த ஆரம்ப பள்ளிக் குழந்தைகளுக்கு டிக்ஷனரியும் சிறிய கதைப் புத்தகமும் வாங்கி

அளித்தேன். அந்த பிள்ளைகள் முகத்தில் இருந்த சந்தோஷம் கோடி ரூபாய் கொடுத்தாலும் காணக் கிடைக்காது என்று அன்று தான் புரிந்தது.

ஒவ்வொரு நாளும் அங்கீகரிக்கப்பட வேண்டும் அல்லது நன்றி செலுத்தப்பட வேண்டும் என்ற எந்தவிதமான எதிர்பார்ப்பும் இல்லாமல் ஒரே ஒரு செயலை மட்டுமாவது செய்வதற்கு கம்மிட் ஆகுங்கள். நீங்கள் தினசரி காலை அன்றாட நடவடிக்கைகளில் ஈடுபட தொடங்கும் முன், உடற்பயிற்சி, தியானம் எதையும் செய்யும் முன், படுக்கையில் இருந்து எழுந்தவுடன் உங்கள் மனம் விரும்புவது போல நல்லுணர்வு அளிக்கும் செயல்களில் ஏதேனும் ஒன்றை செய்ய நீங்கள் தேர்வு செய்யலாம்.

உதாரணத்திற்கு சில செயல்கள்

- நீண்ட நாள் தொடர்பில் இல்லாத ஒரு நண்பரை அழைத்து பேசுவது.
- உங்கள் அன்புக்குரியவர் யாருக்கேனும் பூங்கொத்து ஆர்டர் செய்வது.
- ஏதேனும் ஒரு நண்பருக்கோ உறவுக்கோ வாட்சாப் மின்னஞ்சல் அல்லாது கையெழுத்தில் ஒரு கடிதம் எழுதி தபாலில் அனுப்புவது
- உங்கள் சகோதரனுக்கோ சகோதரிக்கோ பயனுள்ள புத்தகம் ஒன்று வாங்கிக் கொடுப்பது.
- தெருவோர காய்கறிக் கடையில் இருக்கும் பெரியவரிடம் புன்முறுவலுடன் காய்கறி வாங்குவது. அவருடன் சிறிது பரிவுடன் பேசி பார்ப்பது
- ஏதேனும் ஒரு நல்ல செயலுக்கு சிறிது பொருளுதவி செய்வது.
- பிக்பாஸ் போட்டியாளர்கள் குறித்து கவலைப்படாமல் சமூக அக்கறையுடன் நல்ல தகவல்களை முடிந்த வரை எல்லோரும் காணும் படி சோஷியல் மீடியாவில் நாமே உருவாக்கி பகிர்வது.

- புதியதாக தொழில் தொடங்கப்பட்ட ஒரு சிறுதொழில் வியாபாரியின் கடைக்கு சென்று தேவையான பொருள் வாங்குவது.
- இப்படி செய்யும் விஷயம் சிறிதோ பெரிதோ, அதைப் பற்றி கவலைப்படாமல் ஒரு நாளின் நல்ல தொடக்கத்திற்கு வித்திட்டு தொடங்குவோமேயானால் அந்த நாள் சிறப்பாக கழியுமல்லவா?

ΔΔΔ

நினைவில் நிறுத்த வேண்டிய ஏழு குறிப்புகள்

நாம் நம் வாழ்க்கையில் நமது விருப்பத்தை நிறைவேற்ற வேண்டுமானால், மாறத் தயாராக வேண்டும் என்று கடந்த சில பகுதிகளில் பார்த்தோம். இது வரை கற்ற விஷயங்களைக் கொண்டு நம் வாழ்க்கையில் என்ன தவறு செய்கிறோம் என்பதை உணர வேண்டியது அவசியம் ஆகிறது. எதனால் நம் வாழ்வில் நமது உணர்வலைகளின் ஆற்றல் குறைகின்றது, எதனால் நம்மால் பிரபஞ்ச சக்தியோட்ட பாதையில் இணைய முடியாமல் போகிறது என்பதை ஆராய்ந்து நாம் உணர வேண்டும். இனிவரும் பகுதிகளில் வரும் பயிற்சிகளும் (உடன் இணைக்கப்பட்ட பயிற்சித்தாள்களும்) இதை உணர்த்தத்தான் உங்களுக்கு உதவப் போகிறது. ஆனால் அதற்கு முன் நாம் கற்றுணர்ந்த சில விஷயங்களை ஏழு குறிப்புகளாக இங்கு தந்துள்ளேன். நமது இந்த பயணத்தில் இந்த ஏழு குறிப்புகளும் மிக முக்கியமானவை. எனவே முடிந்தால் இதனை பெரிய சைஸில் நகலெடுத்துக் கூட உங்கள் நினைவில்

இவை நிற்கும் வரை உங்கள் கண்களில் படும் இடத்தில் ஒட்டி வைத்துக் கொள்ளுங்கள்.

1. நமது வாழ்க்கைக்கும் நமது அனுபவங்களுக்கும் நாமே தான் காரணம். ஆழ்மனநிலையில் உருவாகும் நமது சிந்தனைகள்தான் நமது எதிர்காலத்தை நிர்ணயிக்கின்றன.
2. நாம் இந்த பிரபஞ்சத்தில் ஒரு இணைப்படைப்பாளி. பிரபஞ்ச சக்தியோட்ட பாதையில் அதே ஆற்றல்மிக்க உணர்வலைகளின் மிகுதியால் இணையும் போது நம் யதார்த்த வாழ்க்கையை நாமே இணைந்து படைக்கிறோம்.
3. நாம் கடந்து செல்லும் அனைத்து கஷ்டங்களும் நம்மை பலப்படுத்துகின்றன, நம் ஆற்றலை அதிகப்படுத்துகின்றன. "இது தான் நான்" என்று உணர்தலும், எந்த நிர்ணயமும் இல்லாமல் அதை அப்படியே ஏற்றுக் கொள்வதும் நேர்மறை ஆற்றல் அலைகளை பிரபஞ்சத்தில் செலுத்துகிறது.
4. நமது விருப்ப வாழ்வை எளிதில் படைக்கமுடியாமல் நாமே நமது கோபம், வஞ்சம், பொறாமை, வியாபார அன்பு, சுயநலக்குணம், சுயத்தை வெறுத்தல், பிறரை வெறுத்தல், பிறர் மீது பழி போடுதல் போன்ற எதிர்மறை குணங்களால் தடையாக இருக்கிறோம்.
5. இவை அனைத்தும் நம்மீது நாமே திணித்திருக்கும் சுமைகளே. வாழ்வில் அடுத்த நிலைக்கு செல்லவிடாமல் இவைகள் நம்மை இழுத்து பிடித்திருக்கின்றன. இவற்றை விட்டொழிப்பதே நம் வாழ்வின் முன்னேற்றத்திற்கு நாம் செய்ய வேண்டிய முதல் தலையாய காரியம். நம்மை சுற்றியுள்ள கூட்டை நாம்தான் உடைத்தெறிய வேண்டும்.
6. நம் உண்மையான சுயத்தை கண்டறிந்து, நம் ஆற்றலை கண்டறிந்து இப்போது, இங்கே, இக்கணம் என்று விழிப்போடு வாழ்வது எதிர்காலத்தை நிறை

வாக்கும். நமது ஆற்றல் கடந்த காலத்திலோ, எதிர் காலத்திலோ அல்ல. நிகழ்காலமான இப்பொழுதில் தான் இருக்கிறது.

7. நிபந்தனையற்ற அன்பு, பிறரை வெறுக்காது நேசித்தல், பிறர் வளர்ச்சிக்கு தன் வளர்ச்சிக்கு உதவுவது போல உதவுதல், தீங்கிழைத்தோரை மன்னித்தல், கடந்த காலத்தை மன்னித்தல் போன்ற செயல்களை செய்யும் போது நாம் விடுவிக்கப்பட்டு ஆற்றல் மிக்க படைப்பு தளத்திற்கு பிரபஞ்சத்தில் உந்தித் தள்ளப்படுகிறோம். அந்த தளத்தில் பிரபஞ்ச பேராற்றலுடன் இணைந்த நடனத்தில் நாம் வேண்டுவன படைக்கிறோம்.

என் தலையெழுத்தை எழுதிய குழந்தை

எப்போதுமே எதற்குமே குதர்க்கமாக பேசித் திரிந்து கொண்டிருந்த காலம் அது. என்னை எல்லோரும் வஞ்சித்து விட்டார்கள் என்ற எண் ணம் மட்டுமே மேலோங்கி இருந்தது. எனது தொழிலில் நஷ்டமடைந்து வாழ்க்கையே சூனிய மாகி விட்டது, அது மட்டுமல்லாமல் உடல்நிலை வேறு இப்படி ஆகிவிட்டது. இனிமேல் எல்லோ ரையும் போல நடப்பேனா மாட்டேனா என்ற சந் தேகம் எழுந்து மிகுந்த மன அழுத்தத்தில் ஒரு சித்தபிரமை பிடித்தவன் போலதான் நான் திரிந்து கொண்டிருந்தேன். எப்படியாவது எனக்கு சரியாகி விடாதா, நான் பழையபடி ஆகிவிடமாட்டேனா என்று என் பெற்றோரும் என்னை பலவிடங்களுக் கும் அழைத்து சென்று வந்து கொண்டிருந்தார்கள். மருத்துவமனைகளுக்கும் அழைத்து செல்வார் கள், கோவில்களுக்கும் அழைத்து செல்வார்கள். யாராவது வழிகாட்டிவிட மாட்டார்களா என்று யார் எங்கே சொன்னாலும் அங்கே எல்லாம் அழைத்து சென்று விடுவார்கள்.

கோவில்களுக்கு எல்லாம் செல்லும் போது மன தில் ஒரு எண்ணம் குடிகொள்ள அந்த நேரங் களில் ஆரம்பித்திருந்தது. "இறைவன் இருப்பது எங்கே" என்ற சிந்தனைதான் அது. எங்கே சென் றாலும் கோவிலுக்குள் நான் செல்லவே மாட்

டேன். வரமாட்டேன் என்று முரண்டு பிடிப்பேன். நிர்ப்பந்தித்தால் அங்கேயே சண்டை போடுவேன். என் மனநிலை அவ்வளவு மூர்க்கமாக இருந்தது. எனக்குள் "இதற்குள் இருப்பதுதான் சாமியா அப் போது வேறு எங்கும் சாமி இல்லையா. அதனை அங்குதான் சென்று கும்பிட வேண்டுமா அங்கிங் கெனாதபடி நீக்கமற நிறைந்திருக்கும் இறைவன் என்று வாயளவில் மட்டும் தான் சொல்கிறோமா. அப்படி இறைவனை கும்பிட்டால் நம் பாவங்கள் தீர்ந்து விடும் என்றால், நான் எங்கும் இருக்கும் இறைவனை என்றும் வணங்கினேனே, அதற்கு எனக்கு ஏன் இப்படி நடந்தது என்னை மனிதர் கள் வஞ்சித்து விட்டார்கள். எனக்கு இந்த உலகம் மோசமானதாக தெரிகிறது. இங்கு இருப்பவர்கள் நயவஞ்சகத் தனம் நிறைந்து காணப்படுகிறார் கள். இப்படியே இறந்து போய்விட்டால் கூட பரவா யில்லை," இப்படிப்பட்ட எண்ணங்கள் தான் ஓடிக் கொண்டிருந்தன. அதே நேரத்தில் இதே போன்ற நிலை வேறு யாருக்கும் வரக்கூடாது. என் மான சீக மற்றும் உடலியல் வேதனைகளை வேறு யாரும் அனுபவிக்கக் கூடாது. அதற்கு என் வாழ்நாளில் கண்டிப்பாக எதையாவது செய்தே தீர வேண்டும் என்று நினைத்துக் கொண்டே இருப்பேன்.

அன்றும் அப்படித்தான் என்னை அழைத்துக் கொண்டு யாரோ சொன்னார்கள் என்று கும்ப கோணம் அருகில் உள்ள வைத்தீஸ்வரன் கோவி லுக்கு அழைத்து சென்றிருந்தார்கள். எப்போதும் போல நான் கோவிலுக்குள் செல்ல மறுத்துவிட் டேன். உள்ளே வாசலில் உள்ள கடைகளைத் தாண்டி அக்கோவிலின் தல விருட்சத்தின் அரு கில் என்னை உட்கார வைத்துவிட்டு,"நாங்கள் போய்வரும் வரை இங்கேயே இரு," என்று என் பெற்றோர்களும் தாத்தாவும் உள்ளே போய்விட் டனர். பல காலமாகவே எனக்கு ஒரு பழக்கம் இருந்தது. என் சிந்தனைகளை எழுதி வைக்க

கையில் நோட்டுப்புத்தகம் வைத்திருப்பேன். அன்றும் வைத்திருந்தேன். அதை எடுத்து வைத்து சிந்தனைகளில் ஆழ்ந்தேன். இந்த செய்கையெல்லாம் பார்த்தால், அதுவும் எனக்கு கரடு முரடாக வளர்ந்திருந்த தாடியை பார்த்தால் யாரும் என்னை பெரிய பைத்தியம் போல என்று நினைத்து பயந்து என் அருகில் வரக்கூட தயங்குவார்கள். அப்போது தான் அவள் வந்தாள். ஒரு பிஞ்சு மழலை மொழியில்,

"என்ன பண்(ந்த்)றீங்க"

அவளின் குரல் இப்போதும் எனக்கு யோசிக்கும் போதெல்லாம் கேட்கும். சிறிய குழந்தை. மூன்று கூட நிரம்பியிருக்காது. அப்படிப்பட்ட திடீர் சூழ்நிலைகளை, திடீர் சந்திப்புகளை நான் நேர் கொண்டு பல காலம் ஆகியிருந்தது. அதிலும் இது குழந்தை வேறு. என்ன பதில் சொல்வதென்று தெரியவில்லை.

"எழுதுறீ(தீ)ங்களா"

"ஆமா" என்று மட்டும் சொல்லி தலையசைக்க முடிந்தது என்னால்.

"தாங்க" என்று என் கையை தன் பிஞ்சு கைகளால் இழுத்து நோட்புக்கை இழுத்தாள்

"ஒனக்கு எழுத தெரியுமா"

"எ(ழு)துதுவேனே. காமிங்க"

நான் ஏதோ நினைத்து அவளிடம் நோட்டை கொடுத்தேன். அருகில் நன்றாக கால் நீட்டி அமர்ந்து கொண்டாள். யார் குழந்தையாக இருக்கும் என்று யோசித்துக்கொண்டிருக்கும் நேரத்தில்,

"நீ இங்கே இருக்கியா" கேட்டுக் கொண்டே ஒரு நடுத்தர வயது பெண்மணி நல்ல மங்களகரமான தோற்றத்தில் அருகில் வந்தார்.

"சாரிங்க.. ஏய் வா"

"அம்மா நான் எழுதுறேன்"

"சரி அது அங்கிள்து.குடுத்துடு. வா" என்றபடியே அங்கேயே அந்த குழந்தை அருகில் உட்கார்ந்தார். அது நோட்டை எடுத்தபடி இரண்டு மூன்று வட்டம் ஓடியது. மீண்டும் வந்து கால் நீட்டி உட்கார்ந்தது. நோட்டை விரித்தது. என்னிடம் இருந்து பிடுங்கிய பேனவைக் கொண்டு அதில் ஏதோ எழுத ஆரம் பித்தது. அதன் நிஷ்களங்கமான முகம் என்னை வசீகரித்தது. ஏதோ சிந்தித்து கொண்டே

"ஒம்பேர சொல்லவேயில்லையே..."

"ஆங்...நிவாஸ்தி" என்றது

எனக்கு புரியவில்லை. இப்படி ஒரு பேரா

"அது நிவாஸ்திங்க. இதுக்கு ஸ்கூலுக்கு போக ணும்னு ரொம்ப ஆசை எங்கே நம்மால அனுப்ப முடியலையே. பேப்பர் நோட்டு எதாவது கெடச்சா எதையாவது ஒண்ணு கிறுக்கும்"என்றபடி

அந்த நேரத்தில் அந்த அம்மா என்னிடம் பேச்சு கொடுக்க தொடங்கினார்.

"வெளியூரா கோவிலுக்குள்ளே போகலியா உடம்பு சரியில்லையா"

என்று கேட்டார். நான் ஆமாம் என்பது போல தலையாட்டினேன்.

என்ன நினைத்தாரோ ஏது நினைத்தாரோ தெரிய வில்லை.

"ஹ்ம்ம். ஈஸ்வரன் எதுக்குத்தான் இப்படி எல்லோ ரையும் சோதிக்கிறாரோ தெரியல. என் வாழ்க்கை யும் அப்படித்தான். என்னையும் எப்பவும் சோதிச் சுட்டே இருப்பார். வாழ்க்கைல கஷ்டம் இருக் கேன்னு வாழமுடியாதுன்னு போக முடியாதுல்ல. ஒரு பாடம்போல ஏதோ கத்துக்குடுக்க கஷ் டத்தை தர கடவுள் தன் பிள்ளை கஷ்டப்படு தேன்னு கொஞ்ச காலத்துல நல்லதையும் குடுக்க ஆரம்பிச்சுடுவார். அந்த நம்பிக்கைல தான் நான் இருக்கேன். மனசு கஷ்டமா இருக்கும் போது இங்கே கோவிலுக்கு வந்துடுவேன். நாம வாழற இடம்தானேங்க கோவில். நாம வாழற இடத்த நாம தானேங்க சுத்தமா வச்சுக்கணும். மத்தவங்க சுத் தமா வச்சுக்கலையேன்னு நாம போயிட்டா சுத்த மாகுங்களா சுத்தமா இல்லாத இடத்த கோவில்னு சொன்னா யாராச்சும் நம்புவாங்களா சுத்தமில்லாத இடத்துல மனுஷங்களே இருக்க மாட்டாங்க. ஈசன் இருப்பாருங்களா அதனாலதான் நான் இங்கே வந்து சுத்தம் பண்ண ஆரம்பிச்சுடுவேன். யார் னாச்சும் எப்படியாவது போகட்டும். நமக்கான வேலையை நாம செஞ்சுதானே ஆகணும்"

என்று பரபரவென்று பேசினார். எனக்கு பளார் பளாரென்று ஓங்கி கன்னத்தில் அறைந்தது போல இருந்தது. நான் என்ன தவறுகிறேன் என்று இந்த பெண்மணி இவ்வளவு எளிதாக சொன்னது எனக்கே சொன்னது போல இருந்தது. எனக்கு கொடுத்த எத்தனையோ பரிசுகளை நாம் வாழும் இந்த பிரபஞ்சம் எனும் தெய்வீக இருப்பிடத்தை சுத்தம் செய்ய தவறிவிட்டேனே. அடடே மற்றவர் களை மாற்ற வேண்டும் என்று கூட இல்லை. நம் வேலையை நாம் செய்தால் மட்டும் போதும் எனும் தத்துவ விளக்கத்தை ஒரு பெரிய தத்துவஞானி

யாய் விளக்கிய இந்த பெண்மணி யார் என்று அறிந்து கொள்ள ஆசைபட்டேன்.

"ரொம்ப நல்லா பேசறீங்க. நீங்க இந்த ஊராம்மா" என்று கேட்டேன்.

"என் பெயர் தையல்நாயகி. எனக்கு இதே ஊர் தாங்க. நீங்க கோவிலுக்குள்ளதான் போகல. சரி விடுங்க. இது பலநூறு வருஷத்து மரம். இந்த கோவிலோட தல விருக்ஷம். இதை சுத்தி வந்தா ஈஸ்வரன சுத்தி வந்தா மாதிரி. உங்க உடம்பும் குணமாகும். அம்மு இங்கே வா. அங்கிள கூட்டிட்டு போ"

என்றார்.

"வாங்க" என்று வாஞ்சையுடன் கூப்பிட்ட அந்த பிஞ்சின் முகத்தையும் கள்ளமற்ற சிரிப்பையும் பார்த்தபடி நான் ஏதோ மந்திரம் போட்டது போல் எந்த விதமான எதிர்ப்பும் இல்லாமல் தலவிருக் ஷத்தை மூன்று முறை தடுமாறி நடந்து சுற்றி வந் தேன்.

மீண்டும் வந்து உட்கார்ந்த போது என்னிடம் என் நோட்டுபுத்தகத்தை திணித்தது அது. அடடா ஸ்கூலுக்கு போகாத ஒரு குழந்தை ஒரு நோட் டில் கிறுக்கினால் பெரிய வட்டங்கள் இடுவதை நான் பார்த்திருக்கிறேன். ஆனால் அந்த கோட் டுக்குள் அழகாக எழுத்துக்கள் போல எழுதியிருப் பதை பார்த்து ஆச்சரியப்பட்டு போனேன். அதற் குள் கோவிலுக்குள் சென்ற எனது பெற்றோர்கள் திரும்பி வந்தார்கள். நிவாஸ்தியை பிரியும் நேரம் வந்தது. குடுகுடுவென்று ஓடிய அக்குழந்தை அங் கிருந்த வேப்பமரத்தின் இலைகளைக் கொண்டு வந்து குடுத்தது. பெரிய மனுஷி போல

"வச்சுக்கோங்க"

அம்மாவும் பார்த்து சிரித்தார்கள். அப்பெண்மணி யிடம் "வரேங்க" என்றேன். "வாங்க எல்லாம் சரியா கிடும். அம்மு அங்கிள்க்கு டாடா சொல்லு"

நிவாஸ்தியின் மழலைசிரிப்பில் இருந்து மீளாதவ னாக கிளம்பினேன்.

"யாருப்பா அது என்னவாம்" என்றார் அம்மா.

"பாவம் மா அந்த குழந்தை. ஸ்கூலுக்கு கூட போக முடியாம இருக்கு அவங்க குடும்ப நிலைமை," என்று அங்கு நடந்ததை பற்றி சொல்லிக் கொண்டு வந்த நான் ஏதோ ஒரு தருணத்தில் "அவங்க அம்மா பேரு தையல்நாயகியாம். இங்கே இருந்து எல்லாம் சுத்தம் பண்றவங்களாம்.." என்று என் பேச்சை தொடர்ந்தபோது அப்பா ஆச்சர்யமடைந் தவராக,

"உள்ளே இருக்கும் அம்மன் பேர் கூட தையல்நாய கிதாண்டா", என்றார். அதுவரை அதெல்லாம் கூட எனக்கு தெரியாது. எனக்கு தூக்கி வாரிப்போட் டது. மீண்டும். அந்த குழந்தை எழுதிய அந்த காகி தத்தை எடுத்து பார்த்தேன். எனக்கென்னவோ அது என்னுடைய தலையெழுத்தை தான் எழுதியி ருப்பதாக தோன்றியது.

வந்தது இறைசொரூபமாக இருக்கலாம். அல்லது ஒரு சாதாரண மனுஷியாக இருக்கலாம். ஆனால் அன்று அந்த அம்மா சொன்னது இறைபே ராற்றல் எனக்கு சொன்ன குறிப்புகளாகவே நான் உணர்ந்தேன். யாரை பற்றியும் கவலை இல்லை. உன்னால் சுத்தப்படுத்த மட்டும் தான் முடியும் என் றால் நீ இருக்கும் இடத்தையும் உன்னை சுற்றி யும் மட்டுமாவது சுத்தப்படுத்திக் கொள்ள முயற்சி

செய். இந்த வேலையைத்தான் அன்று முதல் நான் ஆரம்பித்தேன். என் திறமைகளை கண்டுபிடித்து அதனை சரியாக பிரபஞ்சத்தில், எனது உலகில் நன்மைக்காக பயன்படுத்த ஆரம்பித்தேன்.

இந்த நிகழ்வுக்கு பிறகு கோவிலுக்குள் போவதெற் கெல்லாம் நான் யோசிக்கவில்லை. அங்கும் எங் கும் எதிலும் அந்த பிஞ்சு மலரை போல இறை நிறைந்திருப்பதை காண முடிந்தது என்னால். அதுவே இப்போதும் தொடர்கிறது. அப்போதும் தத்துவம் பேசுவேன். இறைவன் இங்கு இல்லை என்று. ஆனால் அவ்வப்போது இறைஆற்றல் எனக்கு பல விஷயங்களை பல சம்பவங்கள், அனு பவங்கள் மூலமாக புரிய வைத்துக் கொண்டே இருந்தது. எனது அனுபவ புத்தகம் நிறைய ஆரம் பித்தது.

பின்குறிப்பு : இங்கு நான் என்னை வேறு எந்த கோணத்திலும் காட்டிக் கொள்ள விரும்பவில்லை. நான் தெரிவிக்க விரும்புவதெல்லாம் நாம் தேடி இருந்தால், நம்முள் இடம் இருந்தால் இறைபேராற் றல் நமக்கான குறிப்புகளை நமக்கு கொடுத்து எப் போதும் எங்கு என்றாலும் வழிநடத்திக் கொண்டே இருக்கும் என்பதுதான்.

எண்ணம்

ஒரு புதிய "நான்"

கடந்த உணர்தல் பகுதியில் நம்மை கட்டுப் படுத்தும் பல விஷயங்கள் குறித்து நமக்கு நாமே சோதித்து கண்டறிந்தோம் நாம். நமக்கு என்ன வேண்டும் என்பது நம் மனதினுள் தெளிவாக இருக்க வேண்டியதின் முக்கியத்துவத்தை கடந்த சில பகுதிகளில் பார்த்தோம். அதன்படி நமது விருப்பத்தை தெளிவு படுத்தினோம். இப்போது இதை வைத்து ஒரு சிறிய பயிற்சி.

நமக்கு எப்போதுமே ஒரு பக்கம் மிக வலுவானதாக இருக்கும். உதாரணத்திற்கு வலது கை பழக்கமுள்ளவர்களால் இடது கையை உபயோகித்து எழுதுவது என்பது அவ்வளவு சிரமமாக இருக்கும். அதே போல இடது கை பழக்கமுள்ளவர்களுக்கு வலது கையில் சரியாக எழுத வராது. ஆனால் ஒரு உளவியல் உண்மை என்னவென்றால் இந்த எதிர்புற கையை கொண்டு ஒரு விஷயத்தை நாம் எழுதுகிறோம், வரைகிறோம் என்றால் அது நம் ஆழ்மனதில் நேரடியாக சென்று பதிந்துவிடும் என்பது தான். இதைத்தான் ஈர்ப்புவிதி பயிற்றுவிப்பாளர்களான லூயிஸ் ஹே, பாப் ப்ராக்டர் ஆகியோர் தமது பயிற்சிகளில் சொல்லித் தருகின்றனர். திரு பாப் ப்ராக்டர் அவர்கள் நம் ஒவ்வொருவரது இலக்குகளையும் நமது பழக்கமில்லாத எதிர் கையை வைத்து தினமும் எழுத சொல்கிறார். நானும் இதை முயன்றுள்ளேன். அந்த

எண்ணங்கள் என் ஆழ்மனதில் அந்த எழுத்து வடிவம் உள்பட என்னுள் சென்று பதிந்தது என்னுள் ஆச்சரியப் பட வைத்தது. எனவே இது ஒரு நல்ல உளவியல் உத்தி. சரியாக பயன்படுத்திக் கொள்ளவும்.

இதுவரை நமக்கு என்னெல்லாம் வேண்டாம் என்று பார்த்தோம். அதையெல்லாம் இந்த உத்தி பயன்பட டுத்தி எழுத வேண்டாம். இந்த பகுதியில் நமக்கு என்ன வேண்டும் என்று நினைக்கிறோமோ அதை மட்டும் இந்த உத்தி கொண்டு எழுதினால் போதும்.

- கையில் ஒரு பேப்பரையும் பேனாவையும் எடுத் துக் கொள்ளவும். (இந்த புத்தகத்தின் கூட வீடியோ பயிற்சியையும் வாங்கியவர்களுக்கு பயிற்சி தளத் தில் இதற்கான பயிற்சித்தாள் கிடைக்கும். அதை பயன்படுத்திக் கொள்ளலாம்)
- அதில் ஒரு பக்கத்தில் நீங்கள் விருப்பப்பட்டது உங்களுக்கு கிடைத்தால் நீங்கள் எப்படி இருப்பீர் கள் என்று உங்களைக் குறித்து மனதில் தோன்றும் அந்த பிம்பத்தை குறித்து ஒரு வர்ணனை போல உங்கள் வழக்கத்திற்கு எதிரான கையை கொண்டு எழுதவும்.
- இந்த வர்ணனையில் "இப்படி இருக்க மாட்டேன்" என்று எதிர்பதமாக எழுதாமல். வெற்றியாளரான உங்களை நீங்கள் உங்கள் அகக்கண்ணில் எப்படி காண்கிறீர்களோ அப்படியே எழுதுங்கள். உங்களை "புதியவராக" எப்படிக் காண்கிறீர்களோ அப்படி எழு துங்கள்.
- முடிந்தால் உங்கள் பிம்பத்தை நீங்கள் காண்பது போல படமாக கூட வரையலாம். பொம்மைப்படம் போல இருந்தாலும் பரவாயில்லை. ஒரு ஆடி காரில் நீங்கள் உட்கார்ந்து கொண்டிருப்பது போல நீங்கள் வரைவது ஏதாவது ஒரு வழியில், வாழ்வின் ஏதாவது ஒரு நிலையில் உங்களுக்கு ஆடிக் காரை பெற்றுத் தரக்கூடும்.

- இந்த வர்ணனையின் கீழ் - "என் மகிழ்ச்சியின் மூலம் என் அகத்துள்ளேயே இருப்பதை அறிகிறேன்" என்று வேறு வர்ணம் கொண்டு எழுதுங்கள். சிகப்பு மை அல்லது ஸ்கெட்ச் போன்றவற்றைக் கொண்டு எழுதுங்கள்
- அடுத்த ஒரு புதிய காகிதத்தில், "எனக்கு இவையெல்லாம் வாழ்வில் மகிழ்ச்சி தருகிறது" என்று தலைப்பிட்டு உங்கள் விருப்பங்களை ஒன்றன் பின் ஒன்றாக எழுதுங்கள். இருப்பது மற்றும் பெற நினைப்பது இரண்டையும் குறித்து எழுதுங்கள். எழுதுவது உங்கள் எழுதுபழக்கத்தின் எதிர்புற கையாள இருக்க வேண்டும்.
- இப்போது ஒவ்வொன்றையும் தனித்தனியாக பார்த்து, "என் வாழ்வில் இந்த விருப்பத்தை பூர்த்தியாக்க பிரபஞ்ச பேராற்றல் வழிநடத்திக் கொண்டிருப்பதற்கு நன்றி" என்று சொல்லுங்கள். சொல்லும் போது உங்கள் மனக்கண்ணில் அவை நடந்தேறி இருக்கும் காட்சியை காணுங்கள்.

இந்த சுயப்பிரகடனம் சொல்வதை நீங்கள் எப்போதெல்லாம் முடியுமோ அப்போதெல்லாம் உங்கள் பட்டியலை பார்த்து சொல்லலாம். ஒரே ஒரு கண்டிஷன் மட்டும் தான். உங்கள் மனம் சலசலப்பு இல்லாமல் ரிலாக்ஸ்-ஆக இருக்க வேண்டும். எனவே ஏற்கனவே கூறியபடி உங்கள் உறக்கத்திற்கு முன் 5லிருந்து 10 நிமிடங்கள் அதற்கு ஒதுக்கலாம். இப்பட்டியலையும், நீங்கள் வரைந்து உங்கள் படத்தையும் அல்லது உங்களை குறித்த வர்ணனையையும் பத்திரமாக ஒரு கோப்பில் இணைத்து வையுங்கள்.

***நம் பயிற்சித் தாள்களை ஆவணப்படுத்துவது குறித்து வீடியோ பயிற்சியில் சொல்லித் தரப்பட்டுள்ளது. பயிற்சி தளத்தில் உங்களுக்கு அது கிடைக்கும்.**

அற்புத வாழ்க்கைக்கான கண்ணாடி பயிற்சி

"நல்வாழ்வு நம் கையில் (*You can heal your life*)" புத்தகத்தில் ஆசிரியர் லூயிஸ் ஹே நம் எண்ணங்களை வலுப்படுத்தும் கண்ணாடி பயிற்சி பற்றி கூறியிருப்பார். இந்த கண்ணாடி பயிற்சி மிகவும் ஒரு வலுவான ஒரு பயிற்சி. கண்ணாடிகள் நம்மை சரியாக பிரதிபலிக்கக்கூடிய கருவி. நமது உடலில் உள்ள ஜீவகாந்தத்தை பெருக்க கண்ணாடியை பயன்படுத்தக் கூடிய ஒரு பயிற்சியை திரு வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்களும் கற்பித்துள்ளார்கள். கண்ணாடியை நாம் பார்க்கும் போது, நமக்கே நாம் மகிழ்ச்சியாக உள்ளோமா, ஆற்றல்மிக்கவராக இருக்கிறோமா அல்லது நேரெதிராக இருக்கிறோமா என்பது புரியும்.

லூயிஸ் ஹேயின் கண்ணாடி பயிற்சியின் போது நாம் கையளவு கண்ணாடி வைத்திருந்தால் கூட போதும். அல்லது வசதிக்கு ஏற்றார் போல் அளவில் மாறுபாடு இருந்தாலும் பரவாயில்லை. நம் முகம் முதலில் தெளிவாக தெரிய வேண்டும். அவ்வளவு தான்.

இப்பயிற்சியின் போது நம் கண்கள் கண்ணாடியில் காணப்படும் நமது பிம்பத்தில் உள்ள கண்

களை நேரடியாக காண்பதாக அமைய வேண்டும். அதாவது உங்களை நீங்களே நேரடியாக பார்த்துக் கொள்கிறீர்கள். அதற்கு பிறகு முழுமையாக சுயப் பிரகடனங்களை சத்தமாக சொல்ல வேண்டும். ஏதேனும் எதிர்ப்பு உங்கள் மனதில் எழுந்தாலும் நீங்கள் அதிலிருந்து மீண்டு தொடரலாம். இதன் மூலம் நீங்கள் உங்கள் ஆழ்மனதை பழக்கப்ப டுத்துகிறீர்கள். உங்களை நேரடியாக பார்ப்பதால், அந்த ஆற்றல் அலைகள் பிரதிபலித்து உங்களி டமே திரும்புகிறது. இதை என் வாழ்வில் எத்த னையோ முறை பயன்படுத்தி பலனடைந்திருக்கி றேன் நான்.

செய்முறை

உங்கள் கண்ணாடியில் உங்களைப் பாருங்கள்.

நன்றாக மூச்சை இழுத்து நிதானமாக வெளியே விட்டபடி

"நான் முழுமையான அற்புதமான வாழ்வுக்கு தகுதி யானவன்/வள்" என்று சொல்லுங்கள்.

மீண்டும் மூச்சு உள்ளே இழுத்து நிதானமாக வெளியேவிட்டு

"எனக்கு நடக்கும் யாவையும் நான் ஒப்புக்கொள் கிறேன். நல்லவையை எண்ணி மகிழ்கிறேன். மற் றவை கொடுத்த பாடங்களுக்காக நன்றி சொல்கி றேன்"

மீண்டும் மூச்சு

"நான் ஒரு அன்பானவன்/வள். நான் ஒரு அற்புத மானவன்/வள். நான் என்னை நேசிக்கிறேன்"

மூச்சு

"என் உலகில் எல்லாமே நன்றாக உள்ளது"

என்று சொல்லிப் பாருங்கள். நினைவிருக்கட்டும் எந்தவிதமான பரபரப்பும் இல்லாமல் நிதானமாக கண்ணாடியை பார்த்தபடியே செய்ய வேண்டும். கண்ணாடியை பார்க்கும் போது உங்களுக்குள் ஆற்றல் பெருகுவதாய் கற்பித்து கொள்ள வேண் டும். மனம் நிறைவாய் ஆனந்தமாய் இருப்பதை உணர வேண்டும். எதிர்ப்பு எண்ணங்கள் தோன் றும் போது நிறுத்தி மீண்டும் பயிற்சியை தொடர வேண்டும்.

கண்ணாடி பயிற்சிக்கு பின்வரும் சுயப்பிரகடனங்க ளையும் கூட பயன்படுத்தலாம்.

"நான் உன்னை நேசிக்கிறேன், (உங்கள் பெயர்)"

"நீ தான் எனக்கு உற்ற தோழன்/தோழி. உன்னு டன் என் வாழ்க்கை இன்பமயமானதாக இருக்கி றது"

"எத்தனையோ அனுபவங்கள் வாழ்க்கையில் வந்து போனாலும், உன்மீதிருக்கும் அன்பு நிலை யானது (கண்ணாடியில் உங்கள் பிம்பத்தை பார்த்து சொல்லவேண்டும். வேறு எங்கும் அல்ல).

"வாழ்க்கை தனது அற்புதமான பல விஷயங்களை யும் நமக்காக வைத்திருக்கிறது. நிபந்தனையற்ற அன்பால் அதனை நிரப்பி வைத்திருக்கிறது. இத னால் உன்னுடன் என் வாழ்வு மேலும் மெருகேறு கிறது. நான் உன்னை நேசிக்கிறேன்"

தீதும் நன்றும் பிறர் தர வாரா

"உங்க வெற்றிக்கு நீங்கதாங்க காரணம்", என்று யாரிடம் வேண்டுமானாலும் சொல்லிப் பாருங்கள். அவர்கள் முகத்திலிருந்தே தெரிந்துக் கொள்ளலாம் அவர்கள் எவ்வளவு அகமகிழ்ந்து பூரிப்படைந்திருக்கிறார்கள் என்று. அப்படி சில பேரிடம் நான் சொல்லும்போது

"அப்படியெல்லாம் இல்லை சார். ஆனா கொஞ்சம் கஷ்டப்பட வேண்டியிருந்தது. எல்லாம் தாண்டி இந்த நிலைக்கு வர முடிஞ்சது"

என்பார்கள். இல்லை என்று முரண்பட்டு சொல்வது போல இருந்தாலும் உள்ளே மகிழ்ந்து தனது வெற்றிக்கு பொறுப்பேற்றிருப்பதை இவ்வாசகத்தில் காண முடியும். சரி யாரிடமாவது சென்று

"உங்கள் தோல்விக்கு நீங்கள் தான் காரணம்," என்று சொல்லிப் பாருங்கள்.

"அது எப்படிங்க சொல்றீங்க. நான் எப்படி காரணமாவேன்" என்று இது சரியில்லை, அது சரியில்லை என்று ஏதாவது காரணம் சொல்லிக் கொண்டே இருப்பார்கள். நீங்கள் அதனை தலைகீழாக நின்று புரிய வைக்க

முயற்சி செய்தாலும் முடியாது. இது எல்லோருக்கும் பொருந்தும்.

ஆனால் ஈர்ப்பு விதியையோ மற்ற பிரபஞ்ச விதிகளையோ சரியாக புரிந்துகொண்டு இருந்தால் இதற்கும் நாம் தான் பொறுப்பேற்க வேண்டும் என்பது புரியும். "வினை விதைத்தவன் வினை அறுப்பான், தினை விதைத்தவன் தினை அறுப்பான்" என்பது பழமொழி. என்ன கொடுக்கிறோமோ அதுதான் நமக்கு திரும்ப கிடைக்கும் என்கிறது கர்மாவின் விதி. மாவிதையை போட்டு விட்டு கொய்யா விளையும் என்று எதிர்பார்க்க முடியாது. அதே போல் எதுவுமே போடாமலும் எதுவுமே விளையாது. புரிகிறதா உங்களுக்கு

நீங்கள் கேட்கலாம், "யாரோ போட்ட விதையில் முளைத்த மரத்தின் கனிகளை எல்லோரும் உண்ண வாய்ப்பிருக்கிறதே," என்று. உண்மைதான். ஆனால் இங்கே நாம் ஏதோ விதண்டாவாதத்திற்கு பேசாமல் சரியாக கவனித்தால் ஒரு உண்மை புரியும். யாரோ போட்ட விதைகளில் முளைத்த மரம் நல்ல கனி தருமாயின், அது பலருக்கும் பயனுள்ளதாகுமாயின், அவர்களை அறியாமலே அவர் மனதின் பூரிப்பின் உணர்வலை இயக்கம் விதை விதைத்தவரை போய் சேர்ந்து விடும். கொடுத்தல் மற்றும் பெறுதல் விதி அதைத்தான் ஆணித்தரமாக சொல்கிறது. இங்கு கனிகளின் மூலமாக பலன் பெற்றவர்கள் என்ற அளவையே சரியாக இருக்கிறது. கனிமரத்தை நட்டவன் அதன் பலனை பலருக்கும் கொடுத்து நல்ல பலதையும் பிரபஞ்சத்திடம் இருந்து தானாக பெறுகிறான். மற்றவன் நசியட்டும் என்று செயல்படுபவன் தீய பலன்களை பெறுகிறான்.

சரி. நாம் என்ன விதமான உணர்வலைகளை பிரபஞ்சத்தில் செலுத்துகிறோமோ அதற்குத்தான் விடை கிடைக்கும் என்று ஈர்ப்பு விதி சொல்கிறது என்று பார்த்து வருகிறோம்.

"நான் நிறைய சம்பாதிக்க வேண்டும். நல்ல வாழ்க்கை வாழ வேண்டும்", என்றுதான் எல்லோரும் நினைக்கிறோம். ஆனால் அதே நேரத்தில் மற்றோரு டன் நமது வாழ்க்கையை ஒப்பிடுதல், ஏற்றத்தாழ்வு களை அளத்தல், பொறாமை கொள்ளுதல், ஏக்கம் கொள்ளுதல், புறம் சொல்லுதல் இப்படி பலவற்றையும் கூடவே அறிந்தோ அறியாமலோ செய்து கொண்டிருக் கிறோமே. அதை எத்தனை பேர் ஆமாம் என்று ஒத் துக் கொள்கிறோம். இவையெல்லாம் நாம் விதைக்கும் விதைகள். இதற்குத்தான் அறுவடை என்பதை நாம் ஏன் புரிந்து கொள்ள மறுக்கிறோம்.

இங்கு விருப்பமும் உள்ளிருக்கும் சிந்தனையும் முரண்படுகிறதை நாம் காண வேண்டும். பிரபஞ்சம் உங் கள் சிந்தனைக்கும் அது உருவாக்கும் அலைஇயக்கத் திற்கும்தான் பதில் சொல்லும். இப்போது சொல்லுங்கள் உங்களுக்கு விளையும் நன்மைக்கு தீமைக்கும் யார் காரணம்

வெற்றியோ தோல்வியோ, நன்மையில் தீமையோ எதுவானாலும் அதற்கு காரணம் நீங்களே. இந்த பொறுப்பை நாம் ஏற்றுக் கொள்ள வேண்டும். பழியை யார் மேலும் தூக்கில் போடக்கூடாது. உங்களை ஒரு வேண்டப்பட்டவர் ஏமாற்றி விட்டார் என்றால் அதற்கு முதல் காரணம் அவரின் தன்மை அறியாமலே உங் களுக்கு வேண்டப்பட்டவர் ஆக்கிக் கொண்ட நீங்கள் தான் முதல் காரணம்.

"காலம் கழிந்து தான் சார் நான் புரிந்து கொண் டேன்", என்று நீங்கள் சொல்லலாம். தெரிந்த உடனே நீங்கள் செய்ய வேண்டிய முதல் காரியம் - உங்களை நீங் களே மன்னித்துக் கொள்வது. அடுத்து அது தெரிய கார ணமாக இருந்த நிகழ்வை வைத்து அவரை மன்னித்து அவருடனான தொடர்பு எல்லையை சரியாக வைத்து தள்ளி நிற்பது. தெரிந்த பிறகும் மன்னித்தல் மிகப்பெரிய விதி அதனால் நான் மன்னித்து ஏற்றுக் கொள்கிறேன்

என்று சொன்னால் வேறு எதற்கும் என்னால் பொறுப் பேற்க முடியாது. மன்னித்தலின் விதியை முதலில் நன் றாக புரிந்து கொள்ளுங்கள் என்று மட்டுமே நான் சொல் லுவேன்.

பிரபஞ்ச விதிகளை எந்த அளவுக்கு நீங்கள் புரிந்து கொள்கிறீர்களோ அந்த அளவுக்கு அவற்றை சரி யாக பயன்படுத்தி உங்கள் வாழ்க்கையை சிறப்பானதாக ஆக்கிக் கொள்ள முடியும்.

மற்றவரை பழிச்சொல் சொல்வதை விடுத்து, அந்த மற்றவர் முதற்கண் நம் வாழ்க்கைக்குள் வரவைத்த நம் மையே மன்னித்து அடுத்து முன்னேறும் போது, நம் சுயபச்சாதாபம் ஒழிகிறது. அவர் மேல் இருக்கும் வருத் தம் குறையும். அடுத்து அவரிடம் இருந்து தள்ளி நிற்ப தால் கூடுதலாக ஏற்படக்கூடிய "டேமேஜ்"களை தவிர்க் கலாம். இது இருவருக்கும் நல்லது அல்லவா. அப்படி இருக்கும் போது நீங்கள் நன்மையே செய்கின்றீர்கள்.

இப்போது இந்த மனநிலையில் மீண்டும் உங்களை கேட்டுப் பாருங்கள் "உங்களுக்கு கிடைக்கும் நன்மைக் கும், விளையும் தீமைக்கும் யார் காரணம்" என்று

"சரி போனது போகட்டும். இனியாவது என் வாழ்க் கையில் எல்லாமே நன்மையாகவே இருக்கட்டும்; அதற்கு என்ன செய்ய வேண்டும்", என்று கேட்கிறீர்களா. மிகவும் எளிது.

1. முதலில் நம்மை எப்போதும் பிரபஞ்ச பேராற்றலானது வழிநடத்தி சென்று கொண்டிருக்கிறது என்பதை பரிபூரணமாக நம்புங்கள். அதனோடு ஒத்திசைந்து செயல்பட தொடங்குங்கள். எந்த செயலையும் தொடங்கு முன் "இறைபேராற்றல் என்னை இச்செ யலில் வழிநடத்தி செல்லுமாறாகட்டும்" என்று மன தில் உள்ளுணர்ந்து சொல்லுங்கள்.
2. உங்களைப் பிடித்து வைக்கும் உங்கள் பழைய பிரச் சினைகளையோ, கடந்த காலத்தையோ மனிதர்க

ளையோ குறித்து சிந்திப்பதை அடியோடு நிறுத் துங்கள். உங்கள் கடந்த காலத்தின் வேதனை கள் தான் உங்களின் தற்போதைய யதார்த்தத்தை உருவாக்கியுள்ளது என்பதை கருத்தில் கொள் ளுங்கள். "ஏன் எனக்கு அப்படி நடந்தது" என்று கேள்வி எழுப்பி காலத்தை விரயமாக்கிக் கொண் டிருப்பதால் எந்த ஒரு பயனும் இல்லை. உங்கள் வாழ்க்கை இக்கணத்தில் இருந்து தொடங்குகிறது அதற்கு நீங்களே முழு பொறுப்பு என்று உணருங் கள். இந்த புரிதலும் இந்த சிந்தனையில் இருந்து கிளம்பும் அதிர்வலைகளும் இனி வரும் காலங்க ளில் உங்களுக்கு பிரபஞ்ச பிரவாகத்திலிருந்து நல் லதையே பெற்றுத் தரும்.

இதையும் இணைத்து ஒவ்வொரு செயலும் தொடங் குமுன்,

"இறைபேராற்றல் என்னை இச்செயலில் வழிந டத்தி செல்லுமாறாகட்டும். இக்கணத்தில் நான் என்னை புதியவனாக/புதியவளாக உணர்கி றேன். பிரபஞ்ச பேரறிவு இக்காலத்திலும் எக்கா லத்திலும் நன்மையே செய்யுமாறாகட்டும்"

எனக் கூறலாம்

நேர்மறையும் எதிர்மறையும்

எல்லோரும் தன்னை நேர்மறையானவர் என்று காட்டிக் கொள்ளவே விருப்பப்படுகின்றனர். ஆனால் இந்த நேர்மறைத் தன்மை எனும் வெளிப்பாடு வெறும் நேர்மறை மட்டும் கொண்டு வருவதில்லை என்பது நம் எத்தனை பேருக்கு தெரியும் என்னிடம் ஆலோசனை கேட்டு வருபவர்கள் எல்லோரும்

"சார், ஒரே நெகட்டிவ் ஃபீலிங்காவே இருக்கு. அதை கட்டுப்படுத்த வழி சொல்லுங்கள்", என்று கேட்பார்கள்.

"நெகட்டிவை கட்டுப்படுத்தலாம் கூடாது. அதனை புரிந்து கொள்ள முயற்சி செய்ய வேண்டும்", என்று சொன்னால், அப்படியென்றால் என்ன என்று கேள்வி கூட கேட்காமல் ஓடி விடுவார்கள். வாழ்வில் நெகட்டிவ் என்ற எதிர்மறைகள் பார்த்து அவ்வளவு பயம் நமக்கு. எப்போதும் பாசிட்டிவ்வாகவே இருக்க முடியுமா முடியும் நீங்கள் எப்போதும் நேர்மறை மீதே கவனம் செலுத்திக் கொண்டிருக்க வேண்டும், எதிர்மறைகளை நினைக்கவே கூடாது என்ற ஒரு பொது பரப்புரை இருக்கிறது நம் சமூகத்தில். ஆனால் இந்த எதிர்மறைகள் எதனால் விளைந்தது என்ற காரணத்தை புரிந்து கொள்ளும்

போது மட்டுமே அது வரும் போது அதனை தவிர்ப்பதற்கான சக்தி நமக்கு கிடைக்கிறது என்று சொன்னால் இப்புத்தகத்தை வாசிப்பவர்களில் எத்தனை பேர் ஒத்துக் கொள்வீர்கள்.

நாம் வேண்டுவன படைக்க நேர்மறை ஆற்றல்மிக்க உணர்ச்சியலைகள் தான் தேவை. அது வெறும் நேர்மறை சிந்தனைகளால் விளையாது என்பதை நாம் உணர்ந்து கொள்ள வேண்டும். எல்லோரும் நேர்மறை சிந்தனைகள்(Positive Thinking) மட்டுமே போதும் செல்வ வளங்களை அதுவே ஈர்த்துக் கொடுத்துவிடும் என்று நினைக்கிறார்கள். ஆனால் என் அனுபவத்தில் நான் கண்ட அனைத்து வெற்றியாளர்கள் மத்தியில் இருந்த ஒரு ஒற்றுமை அந்த அபிப்ராயத்தை பொய் என நிரூபித்தது. அவர்களுக்கு பொருள் வளம் உட்பட்ட அனைத்தையும் அவர்களுக்கு கொண்டு சேர்த்த ஒரு ஃபார்முலாவை பார்க்க முடிந்தது.

தவறான ஃபார்முலா

நேர்மறை சிந்தனை மட்டும்=ஏமாற்றம்

சரியான ஃபார்முலா

சீரான எண்ணம்+நேர்மறை சிந்தனை+ஆற்றல்மிக்க உணர்வலைகள்+தனித்துவம்/திறமை+அதனை உட்படுத்திய மற்றவர்களுக்கு பயனளிக்கக் கூடிய செயல் = பொருள் வளத்துடன் கூடிய சகல சௌபாக்கியம்.

பில் கேட்ஸ் ஆனாலும் சரி நியூட்டன் ஆனாலும் சரி எந்த சரித்திர நாயகரும் இந்த சூத்திரத்தை புரிந்து கையாண்டதால் தான் என்றும் நாம் அவர்களின் புகழ் பாடிக் கொண்டே இருக்கிறோம்.

நான் என சொல்ல வருகிறேன் என்று உங்களுக்கு
புரிந்திருக்கும் என்று நினைக்கிறேன். உங்கள் விருப்
பத்தை ஈடேற்ற எப்போதும் பிரபஞ்ச பேராற்றல் தயாரா
கத்தான் உள்ளது. ஆனால் அதற்கு மேற்கண்ட அத்த
னையும் நம் வாழ்வில் இடம்பெற வேண்டும்.

ஏதோ ஒரு காரணத்தினால் ஒரு எதிர்மறை நிகழ்வு
நடக்கிறது. மிகவும் வன்மையாகவே நடக்கிறது என்று
வைத்துக்கொள்வோம். உங்கள் உள்ளக்குலையை
அது நடுங்க வைத்து விடுகிறது என்று வைத்துக் கொள்
வோம். என்ன செய்வ்வீர்கள்

"இது எனக்கு நடந்து விட்டதே" என்று, ஓவென்று
ஒப்பாரி வைப்பீர்களா அல்லது இதுவும் கடந்து
போகும் என்று பிரபஞ்சத்தின் குறிப்பை இந்த தருணத்
தில் புரிந்து கொள்ள முயற்சிப்பீர்களா. நானாக இருந்
தால் இரண்டாவதைத்தான் செய்வேன். செய்தேன். என்
வாழ்வில் மிகுந்த துயரத்திற்கு ஆளான நேரத்தில் நான்
யோசித்தது எல்லாம், "இது எதனால் நடந்தது இதன்
மூலம் இறைவன் என்ன சொல்ல வருகிறான் நான்
இதில் இருந்து கற்றுக் கொள்ள வேண்டியது என்ன"

இந்த காரணங்களை கடக்க முற்பட்டபோது, அதன்
பதிலறிய முனைந்த போது, அதன் வேர்மூலத்தை
ஆராய்ந்த போது, அந்த சிந்தனையோட்டத்தின்
போக்கே என்னை "நேர்மறை ஆற்றல்" தந்து உன்னால்
எதுவும் கடந்து போக முடியும் என்ற நம்பிக்கையை
அளித்தது. அதுதான் "நேர்மறை ஆற்றல்"

நான் கற்றுக் கொண்டதை மற்றவரிடம் பகிர்ந்து
கொள்ள என் தனித்திறமைகளை உபயோகப்படுத்
திக் கொள்ள வைத்தது. இன்று இந்த புத்தகம் என்
பது அதன் விளைவே. ஒருவேளை எனக்கு எல்லாம்
"நெகட்டிவ்வாக நடந்து கொண்டிருக்கிறது" என்று நான்
தளர்ந்து இருந்திருந்தேயானால் நான் உயிரோடு இருந்
திருப்பேனா என்று கூட தெரியாது. அதே போல எதிர்
மறைகளை கட்டுப்படுத்துவதும் பலூனில் அதிக காற்

றைப்பிடித்து பின்னர் அதனை அமுக்கிப்பிடித்து அழுத்தம் கொடுப்பது போல தான். பட்டென்று ஒரு சமயம் வெடித்து விடும். கவனம் தேவை.

அடிப்படை ஆழ்மனப் பயிற்சிகளுக்குள் பொதிந்திருக்கும் ஒரே ஒரு உண்மை

அடிப்படை ஆழ்மனப் பயிற்சிகள் என்பது காலையும் மாலையும் சுயப்பிரகடனங்கள் சொல்வது, ஆல்ஃபா மன நிலைக்கு சென்று அகக்காட்சிப் படைப்பு செய்வது என்பதெல்லாம் தான். இங்கு நான் அடிப்படை ஆழ்மனப் பயிற்சிகள் என்றால் என்னவென்று விளக்க போவதில்லை. அதுகுறித்து எக்கசக்கமான புத்தகங்கள் வந்துவிட்டன. அதையே இங்கும் நான் நகலெடுக்க விரும்பவில்லை. நீங்கள் அது குறித்து வந்திருக்கும் ஒவ்வொரு புத்தகத்தையும் வாங்கி படிக்கலாம். இங்கு நான் ஒரு சுயப் பிரகடனமோ, அகக்காட்சிப் படைப்போ ஏன், அதன் உண்மையான நோக்கமென்ன, அப்படி பயிற்சி செய்யும் போது எங்கு தவறுகிறது என்பதைத்தான் இங்கு சுருக்கி சொல்லவிருக்கிறேன்.

நான் முதன்முதலில் யூட்யூபில் காணொளிகள் இட்டபோது மிகவும் பிரபலமான காணொளிகளில் "ஆழ்ம

னதிற்கு கட்டளை இடுவது எப்படி" என்ற காணொளி யும், "உறங்கும் முன் 5 நிமிடங்கள்" என்ற காணொளியும் மிகவும் பெரிய பார்வையாளர் எண்ணிக்கையை ஈர்த் தது. ஆழ்மனத்திடன் எதை சென்று சேர்த்தாலும் பிர பஞ்சத்திடம் இருந்து அதை பெற்று கொடுக்கும் என்ற அடிப்படையை அதில் நான் கூறியிருந்தேன். ஆனால் பார்வையாளர்கள் பலரிடமும் அது அப்படியே போய் சேர்ந்ததா, அதன் உண்மையான அர்த்தம் சென்றடைந் ததா என்று தெரியவில்லை. நிறைய பேர் ஆழ்மனதை தன் மேல்மனம் உருவாக்கும் தந்திரங்களுக்கு பலிகடா வாக்க வேண்டும் என்ற ரீதியிலேயே என் தனி ஆலோ சனைகளில் கேள்விகள் கேட்டு வந்தனர். ஒவ்வொரு மனிதருக்கும் மேலோட்டமாக பார்க்கும் போது தனது ஆசைகள் , விருப்பங்கள் நியாயமாகத் தான் தெரியும். ஆனால் ஒவ்வொரு பிரபஞ்ச விதிகளும் அந்த விருப் பத்திற்கு ஒத்திசைகின்றனவா என்று பார்க்கும் போது எங்காவது அது தவறி விடுகிறது.

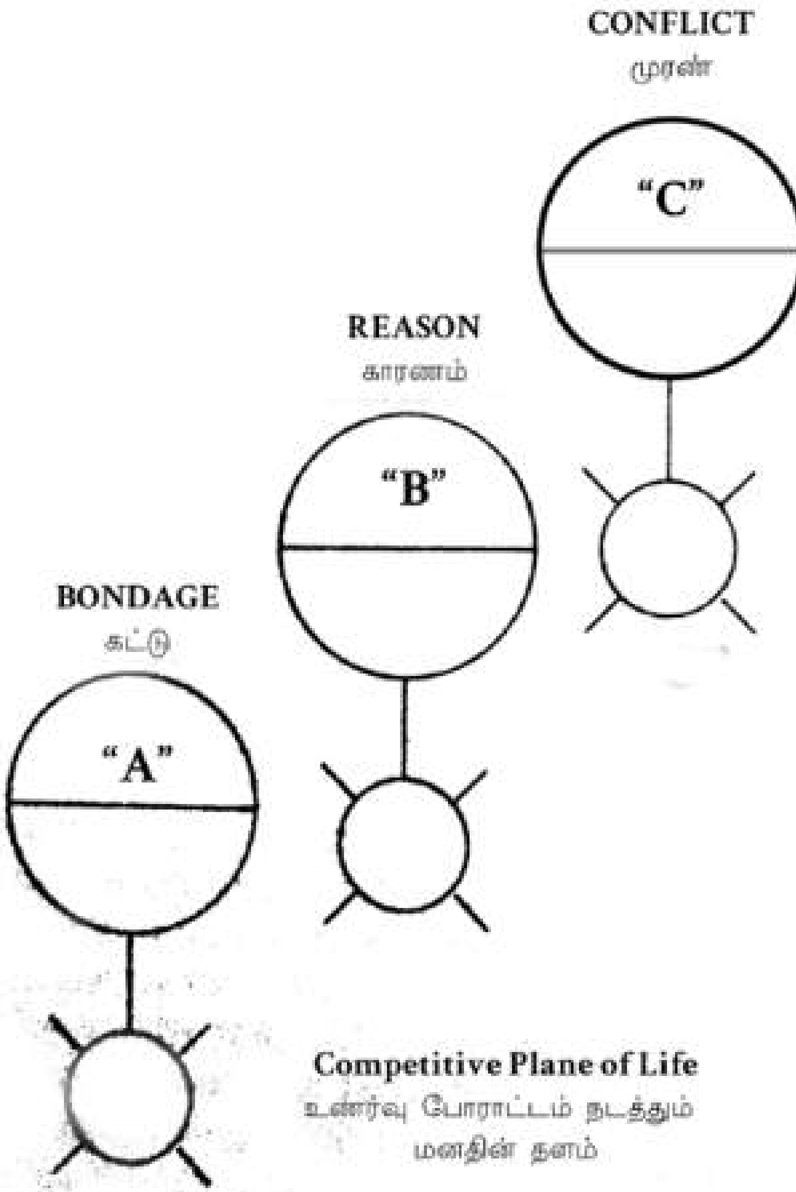
உதாரணத்திற்கு நமக்கு இன்ன மாதிரியான வாழ்க்கை வேண்டுமென்று கேட்டிருப்போம். ஆனால் நம் தற்போதைய வாழ்க்கையில் பலருக்கும் பல இன் னல்கள் விளைவித்து அதனால் நமது சுமையை நாம் ஏற்றிக்கொண்டிருப்போம். அந்த கணக்கு "கர்மா வின்" விதியால் நாம் நம் விருப்பத்தை நோக்கி ஓடும் நேரத்தில் நம்மிடம் செயல்படும். சோகமாக இருந்து கொண்டே நல்ல மகிழ்ச்சியான வாழ்க்கை வேண் டும் என்று கேட்டுக் கொண்டிருப்போம். ஏக்கத்துடன் இருந்து கொண்டே பொருளைப் பார்த்து இது எனக்கு கிடைத்தால் நன்றாக இருக்கும் என்று பெருமூச்சு விடு வோம். அதற்காக ஒரு சுயப்பிரகடனம் இயற்றுவோம். இதனால் எல்லாம் சரியாகி விடுமா என்றால். உள்ளே ஒன்று புறமொன்றாக இருந்தால் எப்படி நடக்கும்.

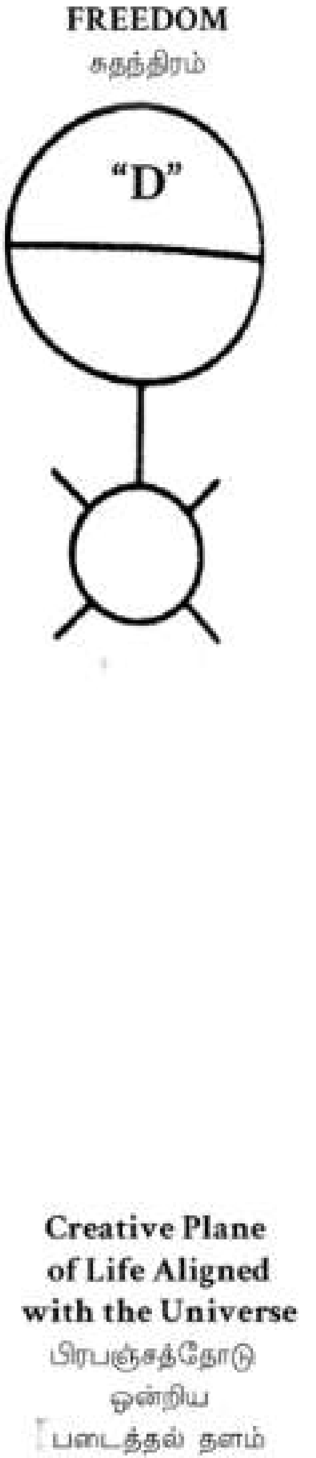
ஆழ்மனப்பயிற்சிகளை விற்பன்னர்கள் உருவாக்கி யதே உள்ளும் புறமும் நீங்கள் ஒரே மாதிரி இருந்து ஒரே

மாதிரி எண்ண அலைகளை வீசி சக்திமிக்க ஆற்றலை பிரபஞ்சத்தில் பரப்ப வேண்டும் என்ற ஒரே காரணத் துக்காகதான். மேல்மனம் என்பது உங்கள் ஐம்புலன்க ளால் காண்பதை உள்ளே கிரகித்து, அந்த விஷயங் கள் மேலோட்டமாக பல விஷயங்களால் வடிகட்டப்பட்டு உங்கள் ஆழ்மனதினுள் செலுத்தப்படுகின்றன. ஆழ்ம னமோ அதை தரம் பிரிக்காமல் அப்படியே வைத்து, வேண்டிய சமயத்தில் நமக்கு படம் போட்டுக் காட்டுகி றது. நாம் ஆழ்மனப்பயிற்சிகள் செய்வது மேல்மனத்தின் வடிகட்டி இல்லாமலேயே "வேண்டுவனவற்றை புரிந்து கொள்ள ஆழ்மனத்திற்கு தெரிவித்தல்" என்ற காரணத் திற்காக மட்டுமே. ஆழ்மனம் எப்படி புரிந்து கொள் ளும். ஆழ்மனம் தானே எல்லாவற்றையும் உருவாக்கிக் கொடுக்கிறதா என்று கேட்டால், இல்லை ஆழ்மனம் தனது பதிவுகளை வான்காந்தத்தில் ஆற்றல் அலைக ளாக செலுத்தி வேண்டுவனவற்றை உருவாக்கிப் பெறு கிறது. இதை இதுவரை எத்தனையோ பேர் விளக்கி விட்டார்கள். ஆனாலும் நம் மனம் ஆடும் கபட நாடகத் தில் நம் சிறிய சிறிய இச்சைகளுக்குத் தான் இச்சக்தியை உபயோகப்படுத்த நாம் முயன்று தோற்று விடுகிறோம்.

ஆழ்மனத்தை சரியாக பழக்கி போது அது நம் கட்டுப் பாடுகள் எனும் எல்லையை உடைக்கிறது. சுதந்திரமா கிறது. அந்த சுதந்திரத்தில் பிரபஞ்ச ஓட்டத்தின் பிரவா கத்தில் கலக்கிறது. வேண்டுவன பெறுகிறது. ஆனால் அது அப்படியே முறையே எளிதாக நடப்பதில்லை. காரணம் ஆழ்மனத்தில் இருக்கும் நம்மை கட்டுப்படுத் தும் பதிவுகள். இது ஒரு பெரிய போராட்டமே நடக் கும். ஆனால் அது என்னவென்று புரிந்து கொண்டு நாம் சுதாரித்துக் கொண்டோமென்றால் மனத்தின் ஆற் றலை முழுமையாக உபயோகித்து ஆற்றல் அலைகளை எப்போதுமே பிரபஞ்சத்தில் செலுத்திக் கொண்டே இருக்க முடியும். அடுத்து "செயல்" பகுதியில் வரப்போ கும் அத்தனை பயிற்சிகளுக்கும் இதுதான் அடிப்படை.

ஆழ்மனம் சுதந்திர உணர்வு பெறுவதற்கு நாம் பாப் ப்ராக்டரின் "அச்சுறுத்தும் தளை (terror barrier diagram) வரைபடத்தை" கொண்டுதான் புரிந்து கொள்ள வேண்டும்.





சுருக்கமாக விளக்கி விடுகிறேன்.

- உங்கள் மனம் A என்ற நிலையில் இருக்கும் போது உங்களை கட்டுப்படுத்தும், உங்களை பிணைத்தி ருக்கும் தவறான நம்பிக்கைகளால் ஆட்கொள்ளப் பட்டிருக்கும்.
- B என்ற நிலைக்கு நீங்கள் ஆழ்மனப்பயிற்சி கள் சிலவற்றை செய்து சுயமுன்னேற்றப் புத்தகங் கள் படித்து, காணொளிகள் கேட்டு என்று எதை

யாவது ஒன்றை செய்து "நான் இதைக் கண்டிப் பாக அடைய போகிறேன்" என்று ஒரு மனநிலைக்கு வந்து செயல்பட தொடங்கி இருப்பீர்கள்.

- இப்போது இந்த C நிலையில் உங்கள் மனம் மீண்டும் "பழைய குருடி கதவைத் திறடி" என்ற கதையாய் பயந்து போய் மீண்டும் உங்கள் பழைய அபிப்ராயங்கள், முன்விதிகள் போன்றவற்றிற்கு கட் டுப்பட்டு, "என்னால் இதெல்லாம் முடியுமா" என்று பயம் கலந்து யோசிக்க ஆரம்பித்திருக்கும். நீங்கள் சுதாரித்து எழ வேண்டியதும் இந்த இடத்தில்தான். உங்கள் ஆழ்மனப்பயிற்சிகள் மட்டுமல்ல உங்கள் தினசரி நடவடிக்கைகள் ஒவ்வொன்றும் இந்த கட் டத்தை தாண்டுவதற்கு உதவி செய்ய வேண்டும். (செயல் பகுதியில் இருக்கும் ஒவ்வொரு பயிற்சி யும் இதற்காகவே உருவாக்கப்பட்டுள்ளது) சுருங்க சொல்லவேண்டுமென்றால் உணர்ச்சி ஏணியில் நீங்கள் கீழே பயம் எனும் நிலையில் இருப்பீர்கள். அதை உங்கள் செயல்கள் கொண்டு மேலே ஆனந் தம் எனும் நிலைக்கு ஏற வேண்டும். இச்செயல் கள் உங்கள் ஆழ்மனத்திற்கு அழுத்தமான பதிவு கள் கொடுக்கும்.
- அந்த அழுத்தமான பதிவுகள் தினம் தினம் அமையும் போது, கூடவே நீங்கள் செய்யும் அடிப்படை ஆழ்ம னப்பயிற்சிகளும் கைகொடுக்கும். தானாகவே உங் கள் மனம் D நிலை எனப்படும் சுதந்திர நிலையை அடையும். அந்த சுதந்திர நிலையில் ஆழ்மனத்தில் இருந்து எழும் உணர்ச்சி அலை வீச்சுக்கள் பிரபஞ் சத்தின் படைத்தல் தளத்தில் உங்களுக்கு வேண் டுவதை உருவாக்கும். (இந்த அடிப்படையில்தான் நமது அடுத்த பகுதியில் உள்ள மனம் விரும்பியதை உருவாக்குதல் பயிற்சி தரப்பட்டுள்ளது)

நமது புத்தகம் முழுவதும் உங்கள் மனத்தில் இருந்து எழும் உணர்வலைகள் எப்போதும் ஆற்றல்மிக்கதாக வைத்துக் கொள்வது என்பதை குறித்துதான் பேசி வரு கிறோம். ஒரு நன்றி சொல்கிறோம் என்றால் கூட அதில் உள்ள சூட்சுமம் அதுதான். இனி இதைத் தாண்டி நாம் ஈர்ப்பு விதியை அறுவை சிகிச்சை செய்து புரிந்து கொள்ள வேண்டிய அவசியம் இருக்கிறதா என்ன

"உங்கள் விருப்பம்" பிரபஞ்சத்தின் கட்டளை

நீங்கள் எது கேட்டாலும் ஒரு அலாவுதீன் பூதம் போல பிரபஞ்சம் கொடுத்து விடும் என்று ரகசியம் புத்தகத்தில் சொல்லியிருப்பார்கள். உங்கள் விருப்பமே அதன் கட்டளை என்று கோடிட்டு காட்டியிருப்பார்கள். அப்படியென்றால் நாம் எது கேட்டாலும் கிடைக்க வேண்டுமே. அப்படியா கிடைத்து விடுகிறது.

"நாம கேக்கற சின்ன சின்ன விஷயங்கள் லாம் கிடைச்சுடுது சார். ஆனா வாழ்க்கைல கேக்கற பெரிய பெரிய விஷயங்கள் எல்லாம் கிடைக்கமாட்டேங்குது சார். நான் என்ன தப்பு பண்றேன்"

என்று என் பயிற்சி வகுப்புகளில் கலந்து கொண்டவர்கள் கேட்பார்கள்.

"சார் ஈர்ப்பு விதி தெரிந்து கொள்ளும் வரை வாழ்க்கையில் எல்லாம் சரியாகத்தான் நடந்துட்டு இருந்தது. ஆனா எப்போ அது பற்றி எனக்கு தெரிய ஆரம்பிச்சதோ அதுல இருந்து எல்லாமே தப்பு தப்பா நடக்குது சார். இதுக்கு என்ன அர்த்தம்", என்று மற்றொரு தரப்பினர் கேட்பார்கள்.

இரண்டிற்கும் ஒரே பதில்தான். நம் விருப்பத்தில் தெளிவும் துணிவும். விவரமாகவே சொல்கிறேன். உங்களுக்கு நூறு ரூபாய் வேண்டும் என்று கேட்கிறீர்கள் என்று வைத்துக் கொள்வோம். நூறு ரூபாய்தான் வேண்டும் என்ற இலக்கில் தெளிவும், அது கண்டிப்பாக கிடைத்து விடும் என்ற நம்பிக்கையும் மனதில் நிச்சயம் இருக்கும். காரணம் மனமே இதுவெல்லாம் பெரிய தொகை கிடையாது எளிதில் கிடைத்து விடும் என்று அதை முத்திரை குத்தி வைத்திருக்கும். இதற்கு வேறெதுவும் சவாலாக இருக்க முடியாது. ஆனால் அதே நூறு கோடி ரூபாய் வேண்டும் என்று நினைக்கும் போது என்னவெல்லாம் நடக்கிறது என்று யோசித்து பாருங்கள்.

முதலில், "அவ்வளவு பணமா" என்று மனம் கேள்வி எழுப்பும். உள்ளே ஒரு போராட்டமே நடக்கும். "அவ்வளவு வைத்துக் கொண்டு நீ என்ன செய்யப் போகிறாய்", "நியாயமான வழியில் அவ்வளவு ஒரு தனிமனிதன் சம்பாதித்ததாய் சரித்திரமே இல்லை", "உன் தற்போதைய நிலையை யோசிக்கிறாயா", "உனக்கு தகுதி இருக்கிறதா"

என்று மனம் தாறு மாறாய் பேச ஆரம்பிக்கும். பின்னர் சுயசந்தேகம் எழும். பிரபஞ்ச அபரிமிதத்தை மறக்க செய்வோம். நம் கட்டுப்படுத்தும் நம்பிக்கைகளால் ஆட்கொள்ளப்படுவோம். இறுதியில் உண்மையிலேயே நாம் நூறு கோடியை வைத்துக் கொண்டு என்னதான் செய்யப் போகிறோம் என்ற குழப்பத்தில் வந்து முடியும். இந்த குழப்பத்தின் தொடக்கம் நாம் நூறு கோடி வேண்டும் என்று கேட்கும் நேரத்திலேயே தொடங்கியிருக்கும். ஆனால் வெளிப்படுவது இறுதியில். நரி "ச்சீ இந்த பழம் புளிக்கும்" என்று ஒரு சப்பை காரணத்தை சொல்வது போல,"இதுவெல்லாம் நடக்குமா" என்று ஒரு பழியை எதன் மேலாவது போட்டு விட்டு வேறு வேலைக்கு நாம் சென்று விடுவோம்.

இதுதான் வேண்டும் என்று நம் மனதில் தெளிவு இருப்பதே இல்லை. அது தெளிவாக இருக்கும் போது தானே அதற்கான உணர்வலைகள் கட்டளைகளாக பிரபஞ்சத்தில் செல்வதற்கு. அதை நிச்சயம் பிரபஞ் சம் நமக்கு தரும் என்ற நம்பிக்கை இருந்தால்தானே அதை நோக்கி துணிவுடன் எல்லா செயல்களையும் செய்து நகர முடியும். முதல் படியிலேயே சந்தேகங்களை எழுப்பி, என்ன வேண்டும் என்பதிலேயே குழம்பி விட் டால் எப்படி சரியான உணர்வலைகளை கட்டளையாக பிரபஞ்சத்தில் பிறப்பிக்க முடியும் அது சரியாக நடந்தால் தானே உங்களுக்கான பதில் சரியாக கிடைக்கும்.

உங்களுக்கு தேவையானது எல்லாம் தாய்க்கு தெரி யும் தான். ஆனால் அழுகின்ற போது மட்டுமே பாலூட்டப் பட வேண்டும் என்பது விதி. அழுகை என்றால் குழந்தை எனக்கு இது வேண்டும் என்று கேட்டல். கவலை அல்ல. உங்களுக்கு வேண்டியதை தெளிவாக கேட்டுப் பெறு தல் என்பதை நீங்கள்தான் உறுதி செய்து கொள்ள வேண்டும். உங்களுக்கு இன்னதுதான் வேண்டும் என்ற உங்கள் தெளிவுதான் நீங்கள் பிரபஞ்ச பெருவெளியில் செலுத்தும் ஆற்றல் அலைகளை தீர்மானிக்கும்.

ΔΔΔ

வேண்டாததிலிருந்து வேண்டியவைக்கு ஒரு பயிற்சி

ஆபிரஹாம் ஹிக்ஸ், மைக்கேல் லாசியர் போன்ற சில முன்னணி ஈர்ப்பு விதி பயிற்சியாளர்களால் உபயோகப் படுத்தும் ஒரு எளிய பயிற்சி இது. Through Contrast to Clarity என்று சொல்வார்கள். இந்த பயிற்சியானது

நாம் நமக்கு வேண்டிய விஷயங்களை நம் மனம் தற்போது சிந்தித்து கொண்டிருக்கும் வேண்டாதவைகளில் இருந்து மாற்றி சிந்திக்க உதவும். உதாரணத்திற்கு உங்கள் எடை குறைய வேண்டும் என்று நீங்கள் நினைக்கிறீர்கள் என்று வைத்துக் கொள்வோம். ஆனால் உங்கள் மனது "நான் குண்டாக இருக்கிறேன்" என்று உங்கள் கூடுதல் உடல் எடையை குறித்தே சிந்தித்துக் கொண்டிருக்கிறது. இதுதான் வேண்டாதது (Contrast). இங்கு உண்மையில் உங்களுக்கு வேண்டியது என்ன உங்கள் எடை குறைந்து நீங்கள் மெலிந்த தோற்றத்துடன் ஃபிட்டாக காணப்பட வேண்டும். அதுதான் உங்களுக்கு வேண்டிய தெளிவு (Clarity). இந்த தெளிவு கிடைத்தவுடன் உங்கள் மனம் எப்போதெல்லாம் உங்கள் தோற்றத்தைக் குறித்து எண்ணுகிறதோ அப்போதெல்லாம் நீங்கள் உங்களுக்கு வேண்டியதை மட்டும் சிந்திக்கும்படி நீங்கள் செய்து விடலாம்.

சரி பயிற்சிக்கு செல்லலாம்.

- முதலில் ஒரு காகிதத்தை எடுத்து அதில் நீள்வாக்கில் ஒரு கோடு போட்டுக் கொள்ளுங்கள். (இதற்கான பயிற்சித்தாள் வீடியோ பயிற்சிதளத்தில் கிடைக்கும் அதையும் நீங்கள் பயன்படுத்தலாம்).
- காகிதத்தில் மேல் பகுதியில் நீங்கள் தெளிவடைய வேண்டிய ஒரு விஷயத்தை தலைப்பாக எழுதிக் கொள்ளுங்கள். உதாரணத்திற்கு பொருளாதார மேம்பாடு, புதிய உத்தியோகம், நல்ல உடல் ஆரோக்கியம்.
- இப்போது நீங்கள் எழுதிய தலைப்பை குறித்து உங்கள் மனம் நினைக்கும் தேவையில்லாத விஷயத்தைக் கண்டறிந்து எழுதுங்கள். உதாரணத்திற்கு ஒரு புதிய உத்தியோகம் உங்கள் தலைப்பு என்றால் இப்போதிருக்கும் உத்தியோக சூழ்நிலையில் உங்களுக்கு என்ன பிடிக்கவில்லை என்று எழுதுங்

கள். அது குறைந்த சம்பளமாக இருக்கலாம், மோச மான மேலாளராக இருக்கலாம், எழுதுவது எது வாக இருந்தாலும் அது வேண்டாம் என்று உங்கள் மனம் சொல்வதாக இருக்க வேண்டும். ஒவ்வொரு பாய்ண்டாக எழுதுங்கள்

- அடுத்த கட்டத்திற்கு செல்வோம். இப்போது நீங்கள் எழுதிய ஒவ்வொரு "வேண்டாதது" பாய்ண்டிற்கும் நேரெதிரே உங்களுக்கு அந்த இடத்தில் என்ன "வேண்டும்" என்று நிதானமாக சிந்தித்து எழுதுங் கள். மேற்சொன்ன உதாரணத்தில் உங்கள் தற் போதைய அலுவலகத்தில் உங்களுக்கு தொல்லை கொடுக்கும் மேலாளரை பற்றி எழுதிய இடத்திற்கு எதிரில் "எனக்கு நல்ல என் செயல்களை ஆக்கபூர் வமாக ஊக்குவிக்கிற மேலாளர் வேண்டும்" என்று எழுதுங்கள். இது சுயப்பிரகடனம் அல்ல, அதனால் "வேண்டும்" என்று எதிர்காலத்தில் எழுதலாம். குழப்பிக் கொள்ள வேண்டாம். இதில் நம் மனம் வேண்டிய தெளிவிற்கு முயற்சி செய்கிறது. அவ்வள வுதான்.
- இப்போது உங்களுக்கு உங்கள் மனம் உண் மையில் என்னென்ன வேண்டாதவையை நினைத் துக் கொண்டிருக்கிறது. உங்களுக்கு உண்மை யில் என்ன வேண்டும் என்று தெளிவாகியிருக்கும். இப்போது நீங்கள் எழுதிய வேண்டாதவைகளில் ஒவ்வொன்றாக சிகப்பு மை கொண்டு அழிக்கத் தொடங்குங்கள். அழிக்கும் போது "பிரபஞ்ச பேரி யக்க பேராற்றல் எனக்கு வேண்டியதை என்னி டம் கொண்டு சேர்க்கிறது என்பதை உணர்கிறேன்" என்று உணர்ச்சிபூர்வமாக அது உங்களிடம் வந்து சேர்வதாக உணர்ந்து அழியுங்கள்.
- இனி எப்போதெல்லாம் மனம் இவ்விஷயத்தைக் குறித்து சிந்திக்கிறதோ அந்த நேரமெல்லாம் உட னடியாக "வேண்டியவை" பகுதியில் எழுதியதைக்

குறித்து சிந்திக்க ஆரம்பித்து விடுங்கள். முடிந் தால் நல்ல அகக்காட்சி அமைப்புகளை உருவாக்கி வைத்து அதை அகக் கண்ணில் காணத் தொடங் குங்கள்.

ΔΔΔ

அகக்காட்சிப் படைப்பின் சூட்சுமங்கள்

நாம் நம் விருப்பம் நிறைவேறுவதை உறுதி செய்ய நம் கற்பனை சக்தியை முடுக்கி விடுவதே "ஆழ்மனக்காட் சிப் படைப்பு" எனும் கிரியேட்டிவ் விசுவலைசேஷன் செயல்பாட்டின் முக்கிய நோக்கம். இதைப் பற்றி என் னுடைய சிறப்பு பயிற்சி வகுப்புகள் அமைந்திருந்தன. நிகழ்ச்சியின் போது நடைபெறும் உரையாடல்கள், பல ரும் இதை ஒரு இயந்திரத்தனமான பயிற்சியாக மட்டுமே பார்க்கின்றனர் என்பதை எனக்கு தெரிவித்தது.

"சார் நான் வீடு முழுசும் விஷன் போர்டு ஒட்டி வச்சு ருக்கேன். டெய்லி ஒரு பத்து நிமிஷம் விசுவலைசேஷன் பயிற்சி பண்றேன். வேற என்ன சார் செய்யணும்"

என்று அப்பாவியாக கேட்பார்கள். வாழ்க்கையில் "கனவுகள்" என்பார்களே அதனை கூட ஒரு பத்து நிமி ஷம் என்பது போல கண்டால் என்ன நடக்கும் என்றே யோசிப்பேன். நமது கற்பனை சக்தியை தூண்டும் போது என்ன நடக்கிறது என்று யோசியுங்கள். நீங்கள் எப்ப டியிருக்க வேண்டும் என்று யோசிக்கும் போது , உங் கள் மனத்தில் அந்த காட்சிகளை ஒரு திரைப்படம் போல ஓட்டும் போது, அதனால் உங்கள் உணர்வலை கள் கிளர்ந்தெழும்போது, நீங்கள் எதையும் புதிதாக

உருவாக்கவில்லை, ஏற்கனவே பிரபஞ்ச வெளியில் இருக்கும் ஒரு அலைவரிசையை ட்யூன் செய்திருக்கி நீர்கள் அவ்வளவுதான். சரி அடுத்து. பத்து நிமிடம் மட் டும் அதை ஒரு தொலைக்காட்சி நிகழ்ச்சியை பார்ப்பது போல பார்த்து விட்டு அடுத்து எப்போதும் போல தினசரி பிரச்சினைகள் குறித்து யோசிக்க ஆரம்பித்து விட்டால்... நம் விருப்பங்கள், நாம் கண்ட கற்பனைக் காட்சிகள், நமது கனவுகள் எல்லாம் நிஜத்தில் நடக்குமா என்ன

என்னைப் பொறுத்தவரை ஒரு அளவுக்கு மட் டும் தான் ஆழ்மனப்பயிற்சிகளை சில விதிமுறைக ளுக்கு உட்பட்டு நேரம் காலம் எல்லாம் பார்த்து செய்ய வேண்டும். உங்கள் வாழ்வோடு வாழ்வாக, உயிரோடு உயிராக, உயிரோட்டமாக உங்கள் விருப்பவாழ்க்கை கலந்து விடும்படி அமைந்து விட வேண்டும். இந்த புத் தகத்திலே கூட ஒரு வலுவான அகக்காட்சிப் படைப்பு பயிற்சி கொடுக்கப்பட்டிருக்கிறது. அதன் பின்னணி உங்கள் மனதின் அனைத்து தளைகளையும் தகர்த்தெ றிந்து உங்கள் மனதின் ஆழத்தில் உங்களுக்கு என்ன வேண்டும் என்பதை காட்சியமைப்புகளாக நிலைநிறுத் துவதே. அந்த பயிற்சியை செய்ய செய்ய தினசரி வாழ்வி லும் உங்கள் கவலைகள் மறந்து நீங்கள் அந்த காட்சி களை காண ஆரம்பித்து விடுவீர்கள். அந்த எண்ணங் கள் எப்போதும் உங்கள் ஆற்றல் அலைகளை வீசிக் கொண்டிருக்கும். அதுதானே நமக்கு வேண்டியது.

முதலில் உங்கள் விருப்பம் நிறைவேறியிருக்கிறது என்பது போன்ற அகக்காட்சிகளை ஒரு சினிமாப்படம் போன்று புண்ணிய வேண்டும். உதாரணத்திற்கு நீங்கள் ஒரு புதிய உத்தியோகத்தை எதிர்நோக்குபவர் என் றால், உங்கள் புதிய அலுவலகத்தில் உங்கள் சேரில் நீங்கள் உட்கார்ந்திருப்பதை போலவும்,அந்த சேர் எந்த நிறமென்றும், உங்கள் அலுவலக சுவர்கள் எப்படிப்பட் டதென்றும் புனைய வேண்டும். அதே நேரத்தில் அந்த அலுவலகத்தில் உங்களுக்கு நடக்கும் நல்ல நல்ல

மகிழ்ச்சித்ரும் விஷயங்கள் என்று சில காட்சிகளையும் நீங்கள் இணைக்க வேண்டும். உதாரணத்திற்கு உங்களுக்கு வேலை கிடைத்து விட்டது என்று "அப்பாய்ண்ட்மெண்ட் ஆர்டரை" கற்பனை செய்வதை விட, நீங்கள் அந்த அலுவலகத்தில் உட்கார்ந்திருக்கிறீர்கள், உங்களுடன் வேலை செய்பவர்கள் உங்களுடன் சிரித்து பேசி மகிழ்கிறார்கள், உங்கள் மேனேஜர் உங்களின் பணிகளுக்காக உங்களை பாராட்டுகிறார், அந்த வருடத்தின் சிறந்த ஊழியருக்கான விருது உங்களுக்கு வழங்கப்படுகிறது என்று நீங்கள் காட்சிப்படுத்த வேண்டும்.

அடுத்தது, அகக்காட்சிகள் என்றும், எப்போதும், எங்கும் உங்கள் கண்முன்னே விரிந்து கொண்டே இருக்க வேண்டும். உங்கள் விருப்பம் ஒரு விலையுயர்ந்த காரை பெறுவது என்றால் உங்கள் மூக்கு கூட அந்த புதிய காரின் பெயிண்டை, உள்ளே இருக்கும் லெதரின் வாசனையை நுகர வேண்டும். ஒரு கற்பனை காட்சியை நீங்கள் உருவாக்குகிறீர்கள் என்றால் அதில் நீங்கள் உள்ளே ஒரு பங்கேற்பாளனாக பயணிக்க வேண்டும். ஐம்புலன்களும் அந்த களத்தில் பங்கேற்க வேண்டும். உங்கள் முன் நடக்கும் காட்சியை உங்கள் கண்கள் காண வேண்டும், அங்கு ஏற்படும் சப்தங்களை உங்கள் காது கேட்க வேண்டும். ஏதோ சொல்வார்களே அது போல உங்கள் உலகம் மாறி விட வேண்டும்.

உங்கள் கற்பனைகள் இக்கணத்தில் உங்களை அந்த விருப்பத்தை ஈடேற்றும் செயல்களில் முடுக்கி விட வேண்டும். நீங்கள் அதனை முழு மனதுடன் செய்யவும் தொடங்க வேண்டும். நீங்கள் தளர்வுறும் நேரத்தில் எல்லாம் நீங்கள் புனைந்த அந்த காட்சிகள் உங்களை உற்சாகப்படுத்தி தூக்கி விட வேண்டும். இது எதுவும் செய்யாத அகக்காட்சிப் படைப்பு உங்களுக்கு நீங்கள் விரும்பியதை தரும் என்ற வாய்ப்புகள் மிகக்குறைவு



“ரிலாக்ஸ், ரிலாக்ஸ்”

அகக்காட்சிப் படைப்பிற்கு முன்பு நீங்கள் "ரிலாக்ஸ்" ஆக வேண்டியது மிகவும் அவசியம். சொல்லப்போனால் எந்த ஒரு ஆழ்மனப்பயிற்சிக்கும் முன்பு "ரிலாக்ஸ்"ஆகுவது நல்லது.

"அது தெரிந்தால் தான், நான் நிம்மதியாக இருப்பேனே" என்று நீங்கள் சொல்வது புரிகிறது. நாம் ஏற்கனவே மன-அலைச் சுழல் குறித்து பார்த்தோம். இன்று ஆல்ஃபா தியானம் என்று எதைக் குறித்து சொல்லித் தருகிறார்கள் என்று அதன் பின்னணியை குறித்துப் பார்த்தோம். எனவே ஏன் ரிலாக்ஸ் ஆக வேண்டும் என்று புதியதாக இங்கு நான் சொல்லத் தேவையில்லை. இன்றைய காலகட்டத்தில் பல விதமான தியான பயிற்சிகள் சொல்லித் தரப்படுகின்றன. உண்மையான "தியானம்" என்பதற்கு இவை ஈடாகாது என்றாலும், எல்லா பயிற்சிகளும் "மனதை" அமைதிப்படுத்துவதைத் தான் நோக்கமாக கொண்டுள்ளன. அதனால் தான் எந்த வகையில் தியானம் பயின்றவராக இருந்தாலும், "அதை செஞ்சா நல்லாருக்கு சார்" என்பார்கள். கடுமையாக கால் கடுக்க ஓடுகிறோம், உடல்வருத்த வேலை செய்கிறோம். திடீரென்று படுக்க ஒரு கட்டில் கிடைத்தால் நாம் என்ன செய்கிறோம். சும்மா போய் உட்கார்ந்தால் போதும், சும்மா சொக்கிக் கொண்டு வரும். அதுபோல மனதின் ஓட்டத்திற்கு தியானம் எல்லாம் ஒரு கட்டில் கிடைத்தது போல. மனம் தன்னால் உறக்க நிலைக்கு போகத் தொடங்கி விடும். சில இடங்களில் செய்யும்

தியான முறைகள் அதைத் தாண்டி மனதை பழக்கப் படுத்தி மனதின் விழிப்புநிலை மாறாமல் இருக்க மன திற்கு கற்றுக் கொடுத்து விடும். அதையே பின்னர் தவம் என்கிறோம்.

தியானத்தை குறித்த நன்மைகளை அறிவியல் அறி ஞர்கள் கண்டறிந்து ஆவணப்படுத்தியுள்ளனர். பல் வேறு விதமான தியானங்கள் குறித்து ஆராய்ச்சி செய்து அவற்றின் நன்மைகளை ஆவணப்படுத்திய டாக்டர் பெர்னி சீகல் என்பவர்

"தியானம் தரும் உடல் ரீதியான, மன ரீதியான நன் மைகளை நாங்கள் ஏற்கனவே ஆவணப்படுத்தி விட் டோம். எல்லா விதமான தியானத்திலும் எங்களால் ஒரு ஒற்றுமையை காண முடிந்தது. தியானம் எந்த வகையி லானதானாலும் சரி அது ஒருவருக்கு ரத்தக் கொதிப்பை கட்டுப்படுத்துகிறது, மன அலைச்சுழலை குறைத்து பல் வேறு விதமான மன நோய்களை வர விடாமல் தடுக்கி றது, மன அழுத்ததிற்கு காரணமான ஹார்மோன்களை உடலுக்குள் உற்பத்தியாக விடாமல் தடுக்கிறது, இன் னும் எத்தனையோ. சுருக்கத்தில் உங்கள் உடலுக்கும் மனதிற்கும் எந்த தீங்கு இல்லாமல், சீரான சிறப்பான வாழ்வு பல்லாண்டு வாழ தியானம் உதவுகிறது"

என்று சொல்கிறார். இந்தியாவில் இருக்கும் நமக்கு இதெல்லாம் சொல்லி தெரியவேண்டியதில்லை. சரி. விஷயத்துக்கு வருவோம். இங்கு நமக்கு தேவை நாம் ஆழ்மனப்பயிற்சிகள் செய்யும் முன் ரிலாக்சேஷன். மன திற்கு தன் வெகுநிலையிலிருந்து ஒரு தளர்வு. ஓட்டத் தில் இருந்து ஒரு ப்ரேக்.

நான் பொதுவாக இதற்கு திரு வேதாத்திரி மக ரிஷி அவர்களிடம் இருந்து பயின்ற "உடல் தளர்த் துதல்" பயிற்சியை உபயோகப்படுத்துவேன். அதற்கான காணொளிப் பதிவுகள், ஒலிநாடாப் பதிவுகள் உள்ள வர்கள் அதனை பயன்படுத்தலாம். உடலை தளர்த்தும் போது தானே மனதின் அலைச்சுழல் குறைய ஆரம்பிக்

கும். இல்லையென்றால் எந்த தியானப்பயிற்சிக்குப் பிற கும் கூட நீங்கள் ஆழ்மனப் பயிற்சிகளை இணைத்து செய்யலாம். மனவளக்கலை தியானத்தை தினசரி செய்த பின்பு ஈ.ஈ.ஜி. எடுத்து பார்த்தால் மனம் ஆல்ஃபா நிலைக்கு தானே சென்றிருப்பதை நம்மால் கண்கூடாக காண முடியும். அந்த நிலையில் அந்த பயிற்சியில் தானே "சங்கல்பம்" என்றொரு கட்டத்தை ஐயா அவர்கள் கொடுத்துள்ளார்கள். அதில் நமது விருப்பத்தை, ஆழ் மனக்காட்சியை நாம் படைக்கலாம். தனியாகத்தான் செய்ய வேண்டும் என்பவர்கள் வெறும் உடல் தளர்த்து தல் மட்டும் செய்தால் போதும்.

இதை செய்ய காணொளியோ ஒலிப்பதிவோ இல்லை என்பவர்கள் கீழ்காணும் வகையில் செய்தால் போதும்.

- ஒரு நல்ல வசதியான இருக்கையில் சாய்ந்து உட் கார்ந்து கொள்ளுங்கள். சாய்வு நாற்காலி வேண் டாம். படுக்க வேண்டாம். இந்த பயிற்சியின் போது உறக்கம் வந்து விட வாய்ப்புள்ளது. (குறிப்பு: சில சப் லிமினல் ஆடியோ பதிவுகளை "உறங்கினால் கூட பரவாயில்லை" என்று அறிவுறுத்தப் பட்டிருந்தால், படுத்துக் கொண்டு கேட்கலாம்) இங்கு நாம் நேரடி யாக உடலையும் மனதையும் தளர்த்தப்போவதால் உட்காருவதே நல்லது.
- உட்கார்ந்து கொண்டு நிதானமாக ஒரு மூன்று நான்கு முறை உங்கள் மூச்சை இழுத்து விட்டபடி - எந்த விதமான பகீரத பிரயத்தனமும் இல்லாமல், நிதான மாய் செய்யுங்கள் - கண்களை மெல்ல மூடுங்கள்
- வேறு எந்த சிந்தனையும் வேண்டாம். யாரே வந்தா லும், என்னவே பிரச்சினை என்றாலும் பிறகு பார்ப் போம். மூச்சு நிதானமாக சாதாரணமாக இருக்கட் டும்.

- இப்போது கால்பாதத்தில் தொடங்கி தலை வரை ஒவ் வொன்றாக, "என் பாதம் தளர்வுறுகிறது" மூச்சு"என் கணுக்கால் தளர்வுறுகிறது"மூச்சு"என் கால்கள் தளர்வுறுகின்றன"மூச்சு"என் கால் முட்டிகள் தளர் வுறுகின்றன" மூச்சு..... இப்படி கால் முதல் தலை வரை மனதை செலுத்தி தளர்வுற செய்யலாம். ஒவ் வொரு உடல் பாகத்தை நினைக்கும் போதும் அது தளர்வுறுவதை உங்கள் மனதால் உணருங்கள். சில நேரங்களில் தலைப் பகுதிக்குள் வருவதற்குள்ளா கவே நீங்கள் உறங்க ஆரம்பித்திருப்பீர்கள்.
- உறங்கிய பின் ஆழ்மனப்பயிற்சிகள் செய்ய முடியாது. மீண்டும் இன்னொரு நேரத்தில் பயிற்சியை தொட ருங்கள். காலப்போக்கில் உறக்கம் நின்று மனம் விழிப்பாக ஆனால் ரிலாக்ஸாக இருப்பதை உங்க ளால் உணர முடியும். இதுவே ஆல்ஃபா விழிப்பு நிலை. இந்த நிலையில் நீங்கள் செலுத்தும் எதுவும் ஆழ்மனத்தில் உடனே சென்று பதியும்.
- பிறகென்ன நாம் ஏற்கனவே கூறிய பயிற்சியில் நீங் கள் உருவாக்கிய ஸ்க்ரிப்டை இங்கு படமாக ஓட்ட வேண்டியதுதான்.

செயல்

எண்ணங்களால் விளைந்த செயல்களே ஆக்கத்திற்கு வித்திடுகின்றன

வாழ்க்கை என்பது செயல்தான். இந்த அடிப்படையை நாம் புரிந்து கொள்ளாமல் வேறு எதுவும் வாழ்வில் நிகழ வாய்ப்பில்லை. எங்கும் நகராமல் இருந்தால் அதற்கு நாம் ஜடம் என்று அல்லவா பெயர் சூட்டுகிறோம். ஒவ்வொரு கணமும் துடிப்பாக இயங்கிக் கொண்டிருப்பதுதான் வாழ்க்கை.

பலரும் ஈர்ப்பு விதி உட்பட பிரபஞ்ச விதிகளை ஏதோ "ஜால வித்தை" என்று நினைக்கிறார்கள். இதெல்லாம் நடப்பதில்லை என்று ஏமாற்றம் அடைந்து முடிவில் அதை எதிர்க்கிறார்கள். பிரபஞ்ச விதிகள் என்பது நாம் வாழும் இப்பிரபஞ்சத்தின் அடிப்படை வடிவமைப்பு. ஒரு உயரிய "சிஸ்டம்". உண்மையில் பிரபஞ்சத்தில் இந்த விதிகள் எப்படி செயல்படுகிறது என்று தெரியாமல் இருப்பவர்கள் தான் ஏராளம். ஈர்ப்பு விதியைக் குறித்தும், ஆழ்மனதின் சக்தியை குறித்து எழுதப்பட்ட புத்தகங்க

ளில் இருந்து சிறிது அறிவையும் எடுத்துக் கொள்கிறார்கள். ஒரு விருப்பத்தை ஆழ்மனதில் பதிய செய்யவேண்டிய செயல்களான சுயப்பிரகடனங்கள், அகக்காட்சிப்படைப்பு என்பதை எல்லாம் செய்கிறார்கள். இப்போது விருப்பம் நிறைவேறி விட்டதாக கற்பனை செய்கிறார்கள். எல்லாம் சரியே. ஆனால் இது மட்டும் போதும் என்று நினைக்கும் இடத்தில்தான் தவறுகிறது.

பிரபஞ்சம் தரும் குறிப்புகளை புரிந்து கொண்டு செயல்பட நாம் இசையும் போதும், நம் வாழ்வில் அற்புதங்கள் நிகழ நாம் அனுமதிக்கிறோம். இதுதான் உண்மையில் ரகசியத்தின் ரகசியம். "பிரபஞ்சம் தரும் ஒவ்வொரு குறிப்பையும் சரியாக புரிந்து கொண்டு உடனே நான்செயலில் இறங்கி விடுவேன்" என்று மட்டும் நீங்கள் உறுதியாக இருந்து பாருங்களேன், அப்போது உண்மையில் "கூரையை பிய்த்துக் கொண்டு கொட்டுவது" என்றால் என்னவென்று புரியவரும்.

நீங்கள் எப்போது எண்ணத்தில் ஒரு பொருளை நினைத்து விட்டீர்களோ, அப்போதே அது பிரபஞ்சத்தில் உங்களுக்காக உருவாக ஆரம்பித்து விட்டது. இதை பலரும் காஸ்மிக் கிச்சனில் ஆர்டர் செய்வது என்று உருவகப்படுத்துகின்றனர். ஆமாம் பிரபஞ்ச சமையலைறையில் நீங்கள் வலுவான எண்ணங்களால் ஆர்டர் செய்து விடுகிறீர்கள். உங்களுக்காக அது அங்கே தயாராக ஆரம்பித்து விடுகிறது. இப்போது உணவு தயாரானவுடன் அதனை யாரோ ஒரு சர்வர் உங்கள் மேசை மீது கொண்டு வந்து வைப்பார் என்று எண்ண வேண்டாம். தயாரான உங்கள் உணவை நீங்கள்தான் எடுக்க செல்ல வேண்டும்.

"ஒரு வலுவான எண்ணத்தை விதைத்து விட்டால், அதை எப்படியோ உங்களுக்கு கொடுத்து விட வேண்டும் என்று எல்லா வழிகளிலும் பிரபஞ்சம் முயற்சி செய்கிறது"

என்பார் "ரசவாதி" புத்தகத்தின் ஆசிரியர் பவுலோ கோயலோ. ஆரம்பத்தில் நம் உள்ளுணர்வின் ஊக் கத்தால் நாம் நம் விருப்பத்தை நிறைவேற்ற எல்லாம் செய்ய தொடங்குவோம். ஆனால் போக போக நமது ஆர்வம் குறையத் தொடங்கும். இதற்கு பல காரணங் கள் இருக்கலாம். தினசரி சூழலின் அழுத்தங்களாக கூட இருக்கலாம். ஆனால் அந்த சமயங்களில் கூட நாம் கற் றுக் கொள்ளும் இவ்விஷயங்களை சரியாக பயன்படுத்த நாம் முற்பட வேண்டும். நமது விருப்பத்தை நோக்கி நம் வாழ்க்கை பயணம் நகர்ந்து கொண்டிருக்கிறதா என்று சரிபார்த்துக் கொள்ள வேண்டும். வழிநெடுகிலும் உள்ள வழிகாட்டி பலகைகளை கவனிக்க வேண்டும். கொஞ்சம் தவறினாலும் பாதை மாறிவிடும்.

நீங்கள் போகும் பாதையெங்கிலும் பிரபஞ்சம் உங் களை வழிநடத்த பல "கைடு"களை நியமித்து வைத்தி ருக்கும். சில சமயம் ஒரு அசாதாரண சூழ்நிலைக் கூட வேடமிட்ட ஒரு வழிகாட்டியாக இருக்க வாய்ப்புண்டு. அவற்றை இனம் கான நாம் நம் ஐம்புலன்களோடு அகத்தறிவையும் விழிப்போடு பயன்படுத்த வேண்டும்.

நான் போகும் பாதை சரியானதுதானா என்று எப்படி அறிந்து கொள்வது என்று என்னிடம் பலரும் கேட்கி றார்கள். நாம் ஏற்கனவே "உள்ளுணர்வு" எனும் திசை மானியை பற்றி பார்த்தோம். நீங்கள் போகும் பாதை யில் உங்களுக்கு எப்போதும் பரவசம் ஏற்படுகிறதா அப்படியென்றால் நீங்கள் சரியான பாதையில் போய்க் கொண்டிருக்கிறீர்கள் என்று அர்த்தம். சில நேரங்க ளில் நாம் குழப்பத்தில் இருப்போம். எந்த பாதை என தீர்மானிப்பதில் சிக்கல் இருக்கும். அப்போதும் இந்த திசைமானியை பயன்படுத்திக் கொள்ளலாம். குழப்பத் தில் இதை கவனிக்க முடியாமல் தவிக்கும் சூழ்நிலை யில் உங்களுக்கு சரியென தோன்றும் பாதையில் பய ணத்தை தொடருங்கள். கூடவே பிரபஞ்ச பேராற்றலின் துணையை எப்போதும் நாடுங்கள். ஒருவேளை உங்கள்

பாதைத் தேர்வு சரியானதல்ல சிறிதாக திசை மாறிவிட்டீர்கள் என்றாலும் மீண்டும் உங்களை சரியான பாதையில் திசை திருப்ப தாயன்புடன் தயாராக இருக்கும்.

உங்கள் விருப்பத்தை நோக்கியுள்ள உங்கள் பயணத்தில் நீங்கள் பாதை தெரியவில்லை எனக் கவலை கொள்ளவும் வேண்டாம். நீங்கள் முதல் அடியை எடுத்து வைத்து நடக்க தொடங்குங்கள். அந்த முதல் அடியே செயலுக்கான உங்கள் இசைவை பிரபஞ்சத்திற்கு தெரிவித்து விடும். நீங்கள் செல்ல வேண்டிய உங்கள் பாதை உங்கள் கண்முன் விரியத் தொடங்கும். இது வரை கிட்டவே கிட்டாது என்று நீங்கள் நினைத்த வாய்ப்புகள் எல்லாம் கூட உங்கள் கண்முன் வந்து விழும். ஒரு அற்புதம் போல எல்லாம் நிகழும். ஆனால் அதற்கு நீங்கள் திறந்த மனதுடன் செயலாற்ற தொடங்கி இருக்க வேண்டும். சும்மா கரையோரத்தில் உட்கார்ந்து, "பிரபஞ்ச பேராற்றல்" வழிகாட்டும் என்று சொல்லிக் கொண்டிருந்தால் மட்டும் போதாது. பயணத்தை முழுநம்பிக்கையுடன், துடிப்புடன், புது உத்வேகத்துடன் தொடங்கி இருக்க வேண்டும்.

நினைவிருக்கட்டும் பிரபஞ்சம் தரும் குறிப்புகள் மீது செயலாற்றுவதும் இல்லாமல் போவதும் உங்களை பொறுத்த சாய்ஸ். உங்கள் தேர்வை பொறுத்து உங்களுக்கான பலனும் அமையும். சில நேரங்களில் மிகவும் கஷ்டமான சூழ்நிலை வரலாம். ஏற்கனவே சொன்னது போல அது ஒரு மாறுவேடமிட்ட ஒரு பெரும் வாய்ப்பாக இருக்கலாம். அது கஷ்டம் என்று நீங்கள் விலகிப் போகும் பட்சத்தில் நீங்கள் பாதை மாறுகிறீர்கள். ஆனால் அத்துடன் முடிந்து விடவில்லை. நீங்கள் விலகிய அதே நேரத்தில் விடாப்பிடியாக உங்கள் இலக்கை நோக்கி மீண்டும் நகரும் பட்சத்தில் உங்களை சரியான பாதைக்கு கொண்டு வர பிரபஞ்சம் உங்களுக்கான குறிப்புகளை தர ஆரம்பிக்கும்.

எது எப்படியோ நீங்கள் செயல் செய்ய வேண்டும். செயல் செய்ய உங்கள் இசைவையாவது தெரிவித்து முதல் படியை எடுத்து வைக்கவேண்டும். அவ்வளவு தான்.

இந்த செயல் பகுதி முழுவதும் நான் உங்களுக்கு பிரபஞ்சம் தரும் குறிப்புகள், உங்கள் உள்ளுணர்வை விழிப்பாக வைத்துக் கொள்வது எப்படி, உங்கள் உணர் வலைகளை எப்போதும் ஆற்றல்மிக்கதாக வைத்துக் கொள்ள என்னவெல்லாம் செய்யலாம் என்பதைக் குறித்துதான் சொல்லப்போகிறேன்.

ஒவ்வொன்றும் ஒவ்வொரு பயிற்சி போல உங்கள் வாழ்வில் இணைத்துக் கொள்ளுங்கள். பயிற்சிகள் சில வற்றை கொடுத்துள்ளேன். சில மிக எளிமையாகத் தோன்றலாம். ஆனால் எளிமையாக இருப்பதைத் தான் நாம் கடைபிடிக்க தவறிவிடுவோம். ஒவ்வொரு பயிற்சி யும் நான் என் வாழ்வில் கடைப்பிடித்தது. மற்றவர்கள் உபயோகப்படுத்தி பலன் கண்டது. இது ஏதோ ஒரு பாடத்திற்கான பயிற்சி அல்ல. ஒரு மணி நேரம் இருந் தால் போதும், இரண்டு நாள் செய்ய வேண்டும் என்று சொல்வதற்கு. ஒவ்வொரு பயிற்சியையும் உங்கள் வாழ் வோடு வாழ்வாக பிணைத்துக் கொள்ளுங்கள். இவை தினசரி செய்ய வேண்டியவை. அடிப்படை ஆழ்மனப் பயிற்சிகளான சுயப்பிரகடனம், அகக்காட்சிப்படைப்பை தாண்டிய நுண்ணிய செயல்கள் இவை. இவற்றையெல் லாம் ஒவ்வொன்றாக அறிந்து நான் கடைப்பிடிக்கத் தொடங்கிய போதுதான் பெரும் பலன்களை என் வாழ் வில் என்னால் பார்க்க முடிந்தது.

இப்புத்தகத்தின் முதல் இரண்டு பகுதிகளில் புரிந்து கொள்ள முடியாத, நம் சிற்றறிவுக்கு எட்டாத சில நுணுக் கமான பிரபஞ்ச விஷயங்கள் கூட இந்த செயல்கள் செய்து தொடங்கும் போது நமக்கு தானே புரிய வந்து விடும். அதனால் வலுவான எண்ணங்களால் விளைந்த செயல்களுக்கு வடிவம் கொடுப்போம் அதுவே ஆக்கத்

திற்கான பாதை. அதே நேரத்தில் பிரபஞ்ச பிரவாகத்தில் என்றும் துண்டிக்கப்படாமல் இணைந்து செல்வதற்கு என்னவெல்லாம் செய்ய வேண்டுமோ அதையும் செய் வோம். யார் கண்டது. நீங்கள் விரும்பியது கண நேரத் தில் கூட உங்களுக்கு கிடைக்கலாம். அதுதான் அதன் சூட்சுமம்.

எண்ணம் செயலை ஈர்க்கிறது. செயல் பொருளை ஈர்க்கிறது

உதாரணத்திற்கு நாம் ஒரு கனவு வீடு கட்ட வேண்டும் என்று நினைக்கி றோம் என்று வைத்துக் கொள்ளுங் கள். இது நம்முடைய எண்ணம். அடுத்த கட்ட நடவடிக்கையாக நாம் நம் விருப்பத்தை மனக் காட்சிப் படைப்பாக பிரபஞ்சத்திற்கு தெரிவிக்கி றோம். நம் மனத்தில் கண்டது யதார்த்தத்தில் உரு வாக வேண்டும். வேண்டுமானால் ஒரு சுயப்பிரகட னத்தை தயார் செய்து அதை எப்போதும் சொல்லி வரலாம். ஆனால் இவற்றை தவிர அடுத்து என் னெல்லாம் செய்ய முடியும் அல்லது செய்ய வேண் டும் என்று பார்ப்போம்.

- கனவு வீட்டின் வரைபடத்தை, அதே போல தோற்றமளிக்கும் வீடுகளின் புகைப்படங்களோடு வெட்டி ஒட்டி ஒரு "அகக்காட்சிப் பலகை (Vision Board) தயார் செய்யலாம். அதை நம் அறையில் மாட்டி வைக்கலாம். அல்லது இந்த விஷன் போர்

டிற்காக வெட்டி வைத்ததை ஒரு நோட்டுப் புத்த கத்தில் ஒட்டி வைத்து அவ்வப்போது பார்த்து வர லாம்.

- உண்மையிலேயே கனவு வீடு வாங்குவதற்கு, அதையொத்த வீடுகள் விற்பனைக்கு உள்ளனவா அல்லது புதிய வீடு கட்டப் போகிறீர்கள் என்றால் அதற்கான கட்டுமான செலவுகளுக்கு எவ்வளவு ஆகும் என்பதை அந்தந்த கடைகளுக்கு சென்று விசாரித்து கணக்கு போடலாம்.
- எந்நேரமும் இப்படி ஒரு வீட்டை கட்ட போகிறேன் என்று குடும்பத்தினருக்கு, நண்பர் களுக்கு, அலுவலகத்தில் சகபணியாளர்களுக்கு என அனைவருக்கும் சத்தம் போட்டு தெரிவிக்க லாம்.

இன்னும் எத்தனையோ உள்ளன. இவை எல் லாம் நம் பாதியில் நாம் செய்ய வேண்டிய விஷ யங்கள். நம் விருப்பத்தை பிரபஞ்சத்திற்கு தெரி விக்க இதுவெல்லாம் வழிகள். "எனக்கான கனவு வீடு எனக்காக கட்டப்பட்டுக் கொண்டிருக்கிறது", என்ற முழுநம்பிக்கையை ஏற்படுத்துவதற்கு இத் தகைய செயல்களையெல்லாம் நாம் செய்யலாம்.

அடுத்து என்ன நடக்கிறது.

நமது பாதியை நாம் செய்து கொண்டிருக் கும் போது, நமது எண்ணமானது பிரபஞ்சத்திற்கு தெரிவிக்கப்படும். அந்த சமயத்தில் நாம் எந்த அளவிற்கு இந்த விருப்பத்தில் தீவிரமாக இருக்கி றோம் என்பதை பொறுத்து பிரபஞ்ச பேரறிவானது, அந்த விருப்பத்தை அடையும் வழிகளை ஒவ் வொன்றாக நம் கண்முன் சிறு சிறு குறிப்புக்களாக தெளிவுப்படுத்தும். ஐம்புலன்களையும் விழிப்பாக வைத்திருந்தால் மட்டுமே நம்மால் அந்த குறிப்பு

களை உணர முடியும். நீங்கள் இதுவரை அதற்கு என்ன செய்வது என்று விழித்த தருணங்களை எல்லாம் மறைய செய்து, உங்களை பல செயல் களுக்கு உட்படுத்தும் பிரபஞ்சம். எதை செய்தால் உங்களுக்கு அந்த இல்லம் கிடைக்கும் அந்த செயல்களை எல்லாம் செய்ய வைக்கும்.

ஏற்கனவே நாம் வைத்திருக்கும் நம்பிக்கையின் படி, அல்லது டாக்டர் ஜோசஃப் மர்ஃபி சொல்லும் படி, அது எப்படி வருகிறது என்றே தெரியாது, உங் கள் தூரத்து உறவினர் ஒருவர் உங்களுக்கு அந்த வீட்டை உயிலில் எழுதி வைத்து இருக்கலாம். அது உங்களுக்கு கிடைக்கலாம். அதையும் ஒரு குறிப்பாகவே தரும் பிரபஞ்சம். இது ஒரு வகை. எல்லோருக்கும் இப்படி அமைவதில்லை. அமை யவே அமையாது என்று சொல்வதற்கில்லை. ஆனால் நாம் இரண்டாவது வகையை பார்ப்போம்.

இந்த கனவு வீட்டை கட்டவோ அல்லது வாங் கவோ பணம் நிச்சயம் தேவைப்படும். அவ்வ ளவு பணத்திற்கு நான் எங்கே போவது என்று நீங்கள் யோசித்துக் கொண்டிருக்கலாம். ஆனால் ஆழ்மனப்பயிற்சிகளையும், ஈர்ப்பு விதியையும் சரி யாக பயன்படுத்தும் போது வேண்டிய பணத்தை எளிதில் பெறக்கூடிய வழிகளை, அதற்கு செய்ய வேண்டிய செயல்களை உள்ளுணர்வின் மூல மாக, பல விதமான "சமிக்ஞைகள் (signals)" மூல மாக உங்களுக்கு தெரிவிக்கும் பிரபஞ்சம்.

உங்களுக்கு உங்கள் கனவு இல்லத்திற்கு தேவையான பணத்தை நேரடியாக உங்களிடம் கொண்டு வந்து கொடுக்காமல், உங்கள் வாடிக் கையாளர் மூலமாக உங்களுக்கு ஒரு ஆர்ட

ராக கொடுக்க பிரபஞ்ச பேரறிவு திட்டமிட்டிருக்க லாம். அந்த வாடிக்கையாளர் உங்களை தொடர்பு கொள்ள முற்படலாம். பிரபஞ்சம் கொடுக்கும் அந்த வாய்ப்பு நமக்கு புரியுமேயானால், அந்த செயலை நாம் செய்ய தயாராக இருக்க வேண்டும். இப்படி ஒரு வாடிக்கையாளர் இதுவரை நம்மிடம் இருந்திருக்கிறார் என்பதே நமக்கு தெரிந்திருக்க வாய்ப்பு இருக்காது. ஆனால் அந்த வாடிக்கையா ளரை நம் கண்முன் கொண்டு வந்து நிறுத்தும் பிரபஞ்சம். உள்ளுணர்வாக "இந்த வாடிக்கையா ளரை விட்டு விடாதே, இவர் உன் கனவு இல்லத் திற்கான பணத்தில் பெரும்பகுதியை வைத்திருக் கிறார். அவருக்கு வேண்டியதை கொடுத்துவிட்டு அந்த பணத்தை பெற்றுக்கொள்," என்று வழிநடத் தும். அந்த வேலையை நாம் தயங்காமல் செய் யும் போது நாம்கேட்ட அந்த விலையானது நமக்கு கிடைக்கிறது. அந்த பொருளானது இந்த செய லால் ஊக்குவிக்கப்பட்டு நம்மால் பெறப்படுகிறது. அதாவது நமது உதாரணத்தில் அந்த கனவு வீட் டிற்கான பணம் ஒரு செயலை ஈடாகக் கொடுத்து பெறப்படுகிறது.

எண்ணம் என்னவோ நம்முடையதுதான். ஆனால் பாருங்கள் நமது விருப்ப எண்ணத்தின் அதிர்வுக ளானது, இந்த விருப்பத்தை இவனுக்கு ஈடேற்ற இந்த பௌதீக உலகில் இவனால் என்ன செய்ய முடியும், என்று அந்த பேரறிவை யோசிக்க வைத்து அதனை உங்கள் பாதையில் கொண்டு வந்து போட வைக்கிறது. அடுத்து ஈடு செய்தல் விதி அங்கே வேலை செய்கிறது. செயலுக்கு விளை வாக பணம் உங்களுக்கு கிடைக்கிறது. அந்த

பணம் கொண்டு உங்கள் கனவு இல்லத்தை நீங் கள் பெறுகிறீர்கள்.

இது ஒரு வகையான உதாரணம் தான். இது போன்று பல எண்ணற்ற வழிகளில் உங்களை வழிநடத்தும் வல்லமை வாய்ந்தது இந்த பிரபஞ் சம். இப்படித்தான் ஈர்ப்பு விதி வேலை செய் துக் கொண்டிருக்கிறது. நீங்கள் கடலில் பயணம் செய்ய கப்பல் வேண்டும் என்று கேட்கும் போது முழுவதும் நிர்மாணிக்கப்பட்ட கப்பலே கிடைக்க வேண்டும் என்று எதிர்பார்ப்பதில் நியாயம் இல்லை. உங்கள் அருகில் பாருங்கள் ஒரு கப்ப லைக் கட்டக் கூடிய அளவிற்கு பெரிய மரத்தை உங்கள் கண்முன் ஏற்கனவே காட்டியிருக்கும் பிர பஞ்சம். அதை உபயோகப்படுத்தி கப்பல் கட்டுவ தும் பயணிப்பதும், கட்டாமல் பயணத்தை "வேண் டவே வேண்டாம்," என்று விட்டொழிப்பதும் முழு வதும் உங்கள் கையில்.

இப்போது நீங்கள் ஒரு கேள்வி கேட்க வாய்ப்பு உள்ளது. "அப்போது கடுமையாக உழைக்க வேண்டும் என்று சொல்கிறீர்களா?" என்று. உங் களிடம் ஒரு கடுமையான உழைப்பை கேட்க வில்லை பிரபஞ்சம். மாறாக உங்கள் விருப்பத்தை நிறைவேற்ற ஈடாக நீங்கள் ஏதாவது செய்தாக வேண்டும் என்று கேட்கிறது. ஏனென்றால் அது தான் வடிவமைப்பே. அந்த விருப்பத்தை நிறை வேற்ற நீங்கள் செய்ய வேண்டிய செயல்களை உங்களுக்கு நினைவுறுத்துகிறது.

ஒரு ஓவியனின் மதிப்பு தெரியாமல் இருக்கலாம் ஆனால் ஒரு ஓவியத்தின் மதிப்பு அதன் தர துல் லியத்தால் அறியப்படுகிறது. அப்படி ஒரு ஓவி யத்தை வரையும் ஓவியன் அதற்கானதை ஈடாகப்

பெறுகிறான். அவன் பெறத் தவறும் பட்சத்தில் அந்த ஓவியம் என்றாவது ஒரு நாள் அதன் ஈட் டைப் பெறுகிறது. பெறுபவன் மட்டும் வேறு ஒருவ னாக இருக்கிறான். இங்கு பிரச்சினை ஓவியன் பிர பஞ்ச உள்ளுணர்வை உணார்ந்து அவனுடைய செயலுக்கு சரியான மதிப்பீட்டை வழங்காததே.

செயலின் மதிப்பு

"உங்கள் விலையை நீங்கள் நிர்ணயம் செய்யுங் கள்," என்று சொல்வார்கள். ஆனால் செய்கி றோமா? நாம் பொதுவாக செய்யும் தவறுதான் இது. பெரும்பாலும் நம் ஆழ்மனப்பதிவுகளாலும், சூழ் நிலைகளாலும் உட்பட்டு நமது செயல்களுக்கோ அல்லது நமது தயாரிப்புகளுக்கோ சரியான மதிப்பு நிர்ணயிப்பது கிடையாது. ஆனால் உங்கள் செயலை முழு மூச்சுடன், பரிபூரண அர்ப்பணிப்பு டன், அந்த செயலால் பயன்படப் போகிறவர்களை மனதில் வைத்து நீங்கள் செய்யும் போது அதற் கான விலையை கண்டிப்பாக தர மறுப்பதில்லை பிரபஞ்சம்.
"இதற்கு தகுதியானவனா நான்?",என்ற கேள்வி மட்டுமே பிரபஞ்சம் தருவதை தடுக்கும் ஒன்றாக இருக்க முடியும்.

உள்ளுணர்வின் வழி உலகம் போற்றும் கணினி யைக் கண்டவர்

ஸ்டீவ் ஜாப்ஸ் இதற்கு ஒரு முன்னுதாரணம். அவர் தனது தகுதிகளைக் குறித்து எப்போதும் கவ லைப்பட்டதில்லை. கல்லூரியில் படிப்பை பாதியி

லேயே நிறுத்தியவர்தான் பல துறை விற்பன்னர் களுக்கு வேலை கொடுக்கும் அளவுக்கு உயர்ந் தவர். அவரின் எண்ணமெல்லாம் தன் மனதில் கண்ட அந்த கணிப்பொறியை எப்படி உலகுக்கு தருவது என்பதாக மட்டுமே இருந்தது. அதற் காக அவர் காட்டிய தீவிரம் அவரின் பால் பல வாய்ப்புக்களை ஈர்த்தது. அந்த வாய்ப்புக்களை பயன்படுத்தி அவர் செயலாற்றிய போது அவர் மன தில் இருந்த அந்த கணிப்பொறியின் தோற்றமே யதார்த்தத்தில் உருவானது. உண்மையில் சொல் லப்போனால் அந்த கணிப்பொறியின் வடிவ மைப்பு தனது உள்ளுணர்வில் ஏதோ ஒன்றினால் சொல்லப்பட்டது என்று அவரே பல இடங்களில் சொல்லி இருக்கிறார். அவர் செய்தது எல்லாம் பிர பஞ்சத்தில் இருந்த அந்த பதிவுகளை தன் அகத் துள் பெற்று அதனை பௌதீக வடிவில் வெளிக் கொணர்ந்ததே.

கணிப்பொறியை வெளியிட்டவர் அத்துடன் நின்று விடவில்லை. அதற்கான விலை இவ்வளவுதான் என்று நிர்ணயித்தார். அந்த கணிப்பொறி உப யோகிப்பாளருக்கு எந்த குறையும் இல்லாத தரம் பெற்றிருந்தது. அன்று முதல் இன்று கிடைக்கும் ஐஃபோன் வரை சிறிதளவும் செயல்திறனில் பிசகி யதில்லை. பிரபஞ்சத்தினால் உள்ளுணர்வூட்டப் பட்ட வடிவமைப்பாயிற்றே.

கனவுகள் மூலம் உலக அறிஞர்கள் வியக்கும் முடிவிலியின் சூத்திரத்தை கண்டவர்

இது போன்ற ஆட்களெல்லாம் இந்தியாவில் இல் லையா என்று நீங்கள் கேட்பது புரிகிறது. அதற்கு

பதிலாக நான் இங்கு கணிதமேதை ஐயா ராமானுஜம் அவர்களையே சுட்டிக் காட்ட விரும்புகிறேன். "ஒன்றை ஒன்றால் வகுத்தால் ஒன்று வரும். பூஜ்யத்தை ஒன்றால் வகுத்தால் பூஜ்யம் வரும். ஆனால் ஒன்றை பூஜ்யத்தால் வகுத்தால் என்ன வரும்" இதுதான் ராமானுஜம் உட்பட பல கணித மேதைகளை குடைந்த கேள்வி. அத்தனை அறிஞர்களும் இதற்கு வாய்ப்பே இல்லை என்று தான் அதுவரையும் சொல்லி வந்தனர். ஆனால் இதற்கான வாய்ப்பை தன் கனவில் ஆதிசேஷன் மேல் சயனிக்கும் திருமாலின் சொரூபத்தையும் அண்ட பேரண்டத்தையும் கண்ட ராமானுஜம் கூடவே தன்னுடைய கணக்குக்கு விடைக்கான வழியையும் அந்த கனவிலே கண்டறிந்தார். அதையேத் தான் அவர் அதன் பின் பௌதீக விஞ்ஞானிகள் போற்றும் "முடிவிலி கூட்டாக" உலகுக்கு தந்தார்.

இன்று நாம் பேசிக் கொண்டிருக்கும் அத்தனையையும் நம் முன்னோர்கள் சரியாகவே கையாண்டனர். ஈர்ப்பு விதி உட்பட்ட பிரபஞ்ச விதியின் சாரங்கள், அவற்றின் மூல வேர்கள் இந்தியாவில் இருந்து சென்றது என்றால் அதை விட பெருமை நமக்கு வேறென்ன வேண்டும். வான்காந்தப் பதிவுகள் (akashic records) குறித்து பல்லாயிரக் கணக்கான ஆண்டுகளாக இந்தியாவில் பேசி வந்து கொண்டிருக்கின்றனர். எல்லாம் ஒன்றில் இருந்து உருவானது என்ற மகத்தான தத்துவம் பாரத தேசத்தில் உருவானதே. எல்லாம் ஒன்றில் இருந்து வந்தது என்றாலும் இடையில் எல்லைக் கோடுகள் போட்டு பிரிவினையை மனித மனது மட்டும் தான் போட்டுக்கொண்டிருக்கிறது. ஒரு

வகையில் பார்த்தால் ஸ்டீவ் ஜாப்ஸும் நம்மவர் தான்.

மூன்றே படிகளில் அற்புதங்கள் நிகழ்த்தலாம்

இதுவரை உங்களுக்கு அடிப்படைகளுக்கான அடித்தளம் போட்டாகிவிட்டது. இப்போது உங்களுக்கு மனதில் கேள்விகளாக இருந்த பல விஷயங்களுக்கு பதில் கிடைத்திருக்கும் என்று நம் புகிறேன். சரி, அடுத்து நாம் நம் மனம் விரும்பியதை நிகழ்த்த ஒரு எளிய மூன்று படிகளை உபயோகப்படுத் தப் போகிறோம். இந்த படிகள் மிக எளியது போல தோன்றினாலும், அதை பின்பற்றும் போது உங்களுக்கு ஏற்படும் அனுபவங்கள், இடர்கள்,அவற்றை சரி செய் யும் வழிகள் என ஒன்றன் பின் ஒன்றாக பார்ப்போம். இதற்கு முன்னால் நீங்கள் கற்ற ஈர்ப்பு விதி பயிற்சிகளை இதனோடு ஒப்பிட்டு பார்க்கவேண்டாம். சீக்ரெட் புத் தகத்தில் சொல்லப்பட்டிருக்கும் கேளுங்கள், நம்புங்கள், பெறுங்கள் என்பது போலவே இது தோன்றினாலும் இது அதுவல்ல. இது உங்களுக்கு குழப்பங்களையே தரும். ஒரளவுக்கு இதனை பயன்படுத்தி பலன் பெறத் தொடங் கிய பிறகு உங்களுக்கே என்றாவது ஒரு நாள் உங்கள் தலைக்கு மேல் ஒரு பல்பு எரியலாம். அந்த நேரத்தில்,

"அடடா இதைத்தான் நான் அப்படி செய்து கொண்டி ருந்தேன்," என்ற சிந்தனை தோணலாம். சரி விஷயத் துக்கு வருவோம்.

இந்த எளிய 3 படிகளை வடிவமைத்த நேரத்தில் இதற்கு ஒரு பெயர் வைக்கவேண்டும் என்று தோன் றியது. ஒரு லேபிள் இருந்து விட்டால் சொல்வதற்கு எளிதாக இருக்குமல்லவா. அதனால் இனி இதனை "முத்தான மூன்று" என்று அழைப்போம். கொஞ்சம் ரித மிக்காக எதுகை மோனை கலந்திருக்கிறது என்பதால் இந்த பெயர்.

சரி "முத்தான மூன்று" உங்களுக்கு எப்போதும் தேவைப்படும். முடிந்தால் உங்கள் கையடக்கப் பிரதி யாக இதனை சேமித்துக் கொள்ளுங்கள். முத்தான மூன்றை நீங்கள் பின்பற்ற, பின்பற்ற உங்கள் முன் அற் புதங்கள் விரியத் தொடங்கும். நீங்கள் தொடங்கினால் போதும் பாதை உங்கள் கண்முன் விரியத் தொடங்கும்.

படி 1 - உங்கள் விருப்பத்தை தெரிவியுங்கள்

இது நமக்குத் தெரிந்த படிதான். நாம் கேட்டால்தான் கிடைக்கும். நாம் நம் விருப்பத்தை தெரிவிப்பது பிர பஞ்சத்திற்கு ஏற்கனவே தெரியாது என்று அர்த்தமல்ல. மாறாக பிரபஞ்சம் கொடுக்கத் தயாராகி இருக்கும் வளங்களுக்கு நாம், "சரி, நான் பெற்றுக் கொள்கிறேன்" என்று இசைவு தெரிவிக்கிறோம் என்று அர்த்தம். கவன மிருக்கட்டும் பிரபஞ்சம் நீங்கள் கேட்பது எதுவானாலும் கொடுக்கத் தயாராக உள்ளது. உங்கள் உணர்வலை களே அதன் மொழி. அதனால் உங்களுக்கு எது வேண் டாமோ அதன் மீது உங்கள் கவனத்தை திருப்ப வேண் டாம்.

உதாரணத்திற்கு உங்களுக்கு உங்கள் பொருளாதார சூழ்நிலை மந்தமாக இருப்பது பிடிக்கவில்லையென் றால், உடனே பிரபஞ்சத்திடம் சென்று, அல்லது கோவி

லுக்கு சென்று "என்னை இன்னும் ஏழையாகவே வைத்திருக்கிறாயே. என் மேல் உனக்கு கனிவு இல்லையா. என் ஏழ்மை நிலை மாற வேண்டும்", என்று வேண்டாதீர்கள். அதற்கு பதிலாக, "என்றென்றும் உனைப் போற்றும் நிலையொன்று வேண்டும். ஆனந்தம் தங்கிட உன் அருளும் பொருளும் வேண்டும். நீ அமைத்த உலகத்தில் நன்றாக வாழ்ந்திட அதன் அழகை பருகிட வளமனைத்தும் வேண்டும்" என்று கேளுங்கள்.

நான் அப்படித்தான் கேட்டேன். என் விருப்பம் சரியாக தெரிவிக்கப்பட்டது. அதன் பின்னரே பல வளர்ச்சிகளும்.

படி 2 - பிரபஞ்சத்தின் பதில் என்னவென்று கூர்ந்து ஐம்புலன்களைக் கொண்டு கவனியுங்கள்

உங்கள் விருப்பத்தை பிரபஞ்சத்திற்கு தெரிவித்தாகி விட்டது. இப்போது ஒரு ஐந்து நிமிடம் அமைதியாக தனிமையில் அமர்ந்து ஐம்புலன்கள் வாயிலாக உங்கள் உணர்ச்சிகளை கவனியுங்கள். முடிந்தவரை உங்கள் மனதில் வேறு எந்த எண்ணமும் குறுக்கிடாதவாறு உங்கள் நோக்கத்தை நீங்கள் தெரிவித்த விருப்பத்தின் மீதும், பிரபஞ்சம் தரப்போகும் பதில் மீதும் செலுத்தி கூர்மைப் படுத்துங்கள். உங்கள் உணர்வுகளில் எழும் எழுச்சியையும் வீழ்ச்சியையும் பாருங்கள். ஏதாவது எச்சரிக்கை உணர்வு தோன்றுகிறதா என்று கவனியுங்கள். எந்த ஒன்றையும் ஆனால் பற்றிப் பிடிக்காதீர்கள். சரி தவறு என நிர்ணயிக்காதீர்கள். அந்த ஓட்டத்தை அப்படியே அனுமதியுங்கள். இந்த ஐந்து நிமிடத்திற்குள்ளாகவே உங்கள் மனதில் பட்டாம்பூச்சி சிறகடிப்பது போல ஒரு உணர்வு எழுகிறதா, அதை நினைக்கும் போதே எழுந்து துள்ளி குதிக்க வேண்டும் என்று தோன்றுகிறதா, எனில் நீங்கள் பிரபஞ்ச அலைவரிசையில் பயணிக்கத் தொடங்கிவிட்டீர்கள் என்று அர்த்தம்.

உதாரணத்திற்கு நீங்கள் ஒரு பெரிய பாடகராக வேண்டும் என்பது உங்கள் விருப்பம் என்று வைத்துக் கொள்ளலாம். உங்கள் விருப்பத்தை பிரபஞ்சத்திற்கு படி ஒன்றில் தெரிவித்து விட்டீர்கள். இப்போது பிர பஞ்சத்தின் பதிலுக்காக காத்திருக்கிறீர்கள். அப்போது நீங்கள் பாடகராவது குறித்த எண்ணம் உங்களுக் குள் சொல்லவொணா ஒரு பரவசத்தை ஏற்படுத்துகி றது என்றால் பிரபஞ்சம், "உங்கள் விருப்பம் எனது கட் டளை", என்று ஏற்றுக்கொண்டு விட்டது என்று அர்த்தம்.

இப்போது நீங்கள் கேட்கலாம். இந்த உதார ணம் சரி. இப்போது எல்லோருக்கும் பணம் என்பது தேவை. யாரையும் கேட்க சொன்னால் கோடிக் கணக் கில் வேண்டும் என்று கேட்பார்கள். எல்லோருக்கும் கோடீஸ்வரர்களாக வலம் வர வேண்டும் என்றால் பர வசமாகத் தான் இருக்கும் என்று. பொறுங்கள். பொறுங் கள். இப்போதே இதை வாசிப்பதை முழுமையாக நிறுத்தி விடாதீர்கள். பரவச உணர்வு என்பது பிரபஞ்சத் தில் இருந்து கிடைத்த ஒரு சமிக்ஞைதான். இன்னும் ஒரு படி இருக்கிறதே.

படி - 3 - எல்லையற்ற சாத்தியக்கூறுகளுக்கு மனதை திறந்து வையுங்கள்

உங்களை பரவசப்படுத்தி பிரபஞ்சம் பச்சைக்கொடி காட்டி விட்டது. அடுத்து என்ன உங்கள் கனவுகள் எது வானாலும் நனவாக, நீங்கள் ஆர்டர் செய்தது எதுவா னாலும் அதை சுவைக்க நீங்கள் விருப்பப்பட்ட உணவு பிரபஞ்ச சட்டியில் சுவையாக தயாராக தொடங்கிவிட் டது. ஆனால் இப்போது அது உங்கள் வாழ்வில் நடந் தேற நீங்கள் அனுமதிக்க வேண்டும். நீங்கள் பயணிக் கப் போகும் பாதை நெடுக வாய்ப்புக்களும், வரவேற் புகளும் காத்திருக்கும். அவை அனைத்தையும் நீங்கள் சரியான குறிப்பறிந்து கண்டறிய வேண்டும். அந்த குறிப்

புகளைக் கொண்டு அந்த செயல்களை நீங்கள் செய்யத் தொடங்க வேண்டும்.

சில நேரங்களில் உங்களுக்கான வாய்ப்புகள் ஒரு இக்கட்டான சூழ்நிலையாக வர வாய்ப்புண்டு. கோடிகள் வேண்டும் என்று கேட்பவர் நன்றாக கவனிக்கவும். எதையும் சும்மா கொட்டிக் கொடுக்காது பிரபஞ்சம். அப்படி என்றால் ஈடு செய்யும் விதி பொய்த்து விடும். நீங்கள் உங்கள் செயல்களுக்கான, சேவைகளுக்கான, பொருட்களான ஈடாக மட்டுமே பணத்தை பெற முடியும். எல்லோரையும் கேளிக்கைக்கு உள்ளாக்கி சிரிக்க வைக்கும் ஒரு நடிகரால் கோடிகள் எளிதில் சம்பாதிக்க முடிகிறது என்றால் இந்த விதிதான் காரணம்.

ஆரம்பகாலத்தில் "சார்லி சாப்ளின்" ஏழ்மையின் உச்சத்தில் இருந்தவர். நாடோடியாக இங்கிலாந்திலிருந்து அமெரிக்காவில் தஞ்சம் புகுந்தவர். நாட்கணக்கில் பட்டினி இருந்தவர். ஆனால் அவரது விருப்பம் பிரபஞ்சத்திற்கு தெரிவிக்கபட்டது. அந்த விருப்பம் நிறைவேற வாய்ப்புக்களை பிரபஞ்சம் அவரதுவாழ்வின் வழி நெடுக இட்டுத் தந்தது. அவரின் ஹாஸ்ய படங்களுக்கு மக்களை அடிமையாக வைத்தது.

இந்த உதாரணம் மற்றும் இந்த படி இங்கு மற்றவர்களை ஏமாற்றி, கஷ்டப்படுத்தி பணம் பண்ண நினைப்பவர்களுக்கு பொருந்தாது. அதைப் பின்னர் பார்ப்போம். தெய்வம் எப்போதும் நின்றே கொல்லும்.

மூன்று எளிய படிகள். யாருக்கும் தீங்கில்லாத செயல்கள். பிரபஞ்சம் அன்பே உருவானது. நீங்கள் தவறு செய்யும் போது, பாதை விலகும் போது அன்புரிமையுடன் தட்டிக் கேட்டு மீண்டும் வாய்ப்புக்களை உங்கள் கண் முன் கொண்டு வந்து விடும். வாய்ப்புகளை கண்டும் இது நடக்காது என்று சலிப்புறுபவர்கள் இருக்கிறார்கள். அவர்கள் அந்த பிரபஞ்ச பிரவாகத்தில் இருந்து வெளியே வந்தவர்கள். பரவசத்தை தொலைத்தவர்கள். செயல்கள் கடினம் என்று பின் தங்குபவர்கள். அவர்

கள் போன்றவர்களுக்கு கோடிகள் கேட்கும் நேரத்தில் இருந்த பரவசம் நாளடைவில் மறைந்து விடுகிறது. செயல்புரிதல் விதி அவர்கள் விருப்பத்தை புறந்தள்ளி விடுகிறது.

உங்கள் வாழ்வின் அந்த முக்கியமான தருணம்

ஒருவருக்கு வாழ்க்கை ஏதோ ஒரு போக்கில் போய்க்கொண்டிருக்கும். திடீரென்று பார்க்கும் போது அவருக்கு என்னவோ ஆகியிருக்கும்; வாழ்க்கை பாதை திசை மாறி, அவரது வாழ்க்கை ஆஹா ஓஹோவென்று வாழ ஆரம்பித்திருப்பார். இல்லையென்றால் இருப்பது சிறிதெனினும் ஆனந்தமயமாக வாழ்க்கையில் சமூகம் நிர்ணயித்த வெற்றி தோல்விகளை பற்றிய கவலை இல்லாமல், தன்னிடம் இருக்கும் பொருள்களின் அளவை பற்றிய கவலை இல்லாமல் ஏகாந்தமயமான வாழ்க்கையை வாழ ஆரம்பித்திருப்பார். இரண்டிலும் உணர்வுகள் ஒன்றுதான். ஒருவர் சமூகத்தின் நிர்ணயங்களின் அடிப்படையில் "மகிழ்ச்சியை" கருதுகிறார். மற்றொருவர் தனக்குள் இருப்பதை கண்டு மகிழ்ச்சியடைகிறார். இரண்டும் சீர்தூக்கி பார்த்து எது சரி என்று சொல்வதற்கில்லாமல் சமமானது தான். மகிழ்ச்சி தரும் பொருட்கள் வெவ்வேறே தவிர அந்த உணர்வு என்பது ஒன்றுதான். இரண்டிலும் பிரபஞ்சத்தின் ஆற்றல்மிக்க உணர்வுகள்

தான் வெளிப்படுகின்றன. இரண்டு பேரிடமும் சோர்வு இருக்காது.

நாம் இதுவரை பிரபஞ்ச பேராற்றலின் ஆற்றலோடு இணைந்து பயணித்தலை குறித்து பேசி வருகிறோம். அதைக் குறித்து அடுத்த பகுதியில் இன்னமும் தெளிவாக பேசுவோம். ஆனால் இப்பகுதியில் அதனை அறிமுகம் செய்யாமல் என்னால் உங்களை "செயல்" புரிய வைக்க முடியாது. என்றும் சோர்வாக இருந்த நாம் ஏதோ ஒரு தருணத்தில் திடீரென்று எல்லாம் புலப்பட்டது போல ஆனந்தமயமாய் நடக்கத் தொடங்கியிருப்போம். உங்கள் உள்ளிருக்கும் ஆற்றலில் மாற்றம் நிகழ்ந்திருக்கும். அதிக ஆற்றல்மிக்க உணர்வலைகள் உங்களில் இருந்து திடீரென்று விளைய ஆரம்பித்திருக்கும். காரணமே இல்லாமல் மகிழ்ச்சியாக இருப்பீர்கள். மகிழ்ச்சிக்கு காரணம் கண்டுபிடிப்பவர் நிபந்தனையற்ற அன்பின் தன்மை புரியாதவராகவே இருப்பார். எல்லாவற்றிலும் இறைத்தன்மையை காண்பீர்கள். உங்களுக்கு வேண்டியது எல்லாம் தானே நடக்கிறது என்று முழு நம்பிக்கை கொள்வீர்கள். நீங்கள் வழிநடத்தப்படுகிறீர்கள் என்பது உங்களுக்கு தெள்ளத் தெளிவாய் புரியும்.

இதனை ஆங்கிலத்தில் "எபிஃபனி(epiphany) என்கிறார்கள். அதற்கு சரியான அர்த்தம் - "உங்களுக்கு தெளிவைத் தரும் ஒரு தீர்க்கமான உணர்தல்". உங்கள் அகத்திலும் புறத்திலும் ஒரு புதிய மாற்றத்தை உருவாக்கும் ஒரு புரிதல் அது. இது ஒரு கிரேக்க வார்த்தை. கிரேக்கத்தில் இதன் உண்மையான அர்த்தம் "உருவாக்குதல்/ இருப்பதை வெளிப்படுத்துதல்" என்பதாக அமைகிறது. இரண்டு மொழி அர்த்தங்களையும் பார்க்கும் போது நம் இயல்பை நாம் பரிபூரணமாக பற்றிக் கொள்கிறோம் என்று வேண்டுமானால் நான் சொன்னேன் என்று எல்லோரிடமும் சொல்லிவிடுங்கள்.

டாக்டர் வேய்ன் டையர் தனது "தி ஷிஃப்ட்" புத்தகத்தில் இந்த ஒரு தருணம் தன் வாழ்வில் நிகழ்ந்

தது என்றும், அது வரை ஒரு மொடாக் குடிகார ராக இருந்த தாம் அந்த ஒரு கணத்திற்கு பிறகு குடியை தொடவே இல்லை என்றும், மக்கள் நலனுக் காக செயல்பட ஆரம்பித்து விட்டதாகவும், அதுவே தன் வாழ்வில் பல சிறப்பான மாற்றங்களை உண்டு பண்ணி விட்டதாகவும் சொல்லியிருப்பார். அதனை "குவாண்டம் மொமெண்ட் (quantum moment)" என்று குறிப்பிட்டு இருப்பார். பல பிரபஞ்சவியல் பேச்சாளர்கள் குவாண் டம் லீப் (quantum leap) என்றும் இதனை அழைக்கி றார்கள். எனது வாழ்விலும் இந்த தருணம் அமைந்துள் ளது. இதை ஞானிகளின் ஞானம் அடைந்ததோடு ஒப் பிட முடியாது. ஆனால் பிரபஞ்சத்தை குறித்த ஒரு புதிய அறிதல். இதுவரை நம்முள்தான் இருந்திருக்கும். இந்த நிகழ்வு நடந்த பிறகு என்னால் உலகத்தை பழையது போல பார்க்கவே முடியவில்லை. அதுவரை நான் இந்த உலகம் மிகவும் மோசமானது, எல்லோரும் வஞ்சகர் கள், எது செய்தாலும் நாமும் இச்சமூகத்தில் எல்லோ ரும் செய்வதை போலவே பொய்யாக செய்ய வேண்டும், ஏமாற்றினால் தான் பிழைப்பு நடக்கும் என்றேல்லாம் எண்ணிக்கொண்டிருந்தேன். ஆனால் ஒரே ஒரு கணம். ஒரே ஒரு மாற்றம்.

இப்பிரபஞ்சத்தில் எல்லாம் எனக்கெதிராயிருந்த தன்மை மாறி எல்லாம் எனக்கு சாதகமாக நடப்பது போல தோன்ற ஆரம்பித்து விட்டது. இது எப்படி என்று கேட்காதீர்கள். நான் என் வாழ்வை இனி மற்றவர்கள் பயனுள்ள சில விஷயங்களை செய்ய வேண்டும் என்று முடிவெடுத்து செயல்பட தொடங்கியிருந்த வேளை அது. இது சிலருக்கு பல நாள் சாதகத்தினால் விளைய லாம். பல நாள் ஒருவர் ஆற்றல்மிக்க உணர்வலைகளை வெளிப்படுத்திக் கொண்டிருந்ததன் விளைவாக திடீ ரென்று ஏற்படலாம், ஏதோ ஒரு தியான பயிற்சி செய்து கொண்டிருந்ததன் விளைவாக இருக்கலாம், வாழ்வே தியானம் என்று நித்தம் நித்தம் விழிப்போடு இருந்ததற்

காக இருக்கலாம். எது எப்படியோ அந்த ஒரு தருணம் பிரபஞ்ச வழிகாட்டுதலில் இசைவுற்று செயலுக்கு தயா ரானவர்கள் வாழ்வில் நிகழும். என் வாழ்வில் எனக்கு என் துயரமான மருத்துவமனை நாட்களுக்குப் பிறகு, திடீரென்று ஏதோ ஒரு தருணத்தில் மின்னல் வேகத்தில் அது நடந்தது. அதை விவரிக்க முடியவில்லை. ஆனால் அதற்கான வழிகளை என்னால் இப்படித்தான் என்று ஊகிக்கமுடிந்தது. அதையெல்லாம் தான் இந்த பகுதி யில் பட்டியலிட்டுள்ளேன்.

இந்த குவாண்டம் அனுபவம் ஏற்படும் போது உங்கள் எண்ணவடிவமைப்புகளில் மாற்றம் ஏற்படும். உங்கள் குணங்களில் புதிய மாற்றங்கள், நல்லுணர்வை பலப்ப டுத்தும் பழக்கங்கள் ஆகியவை வர தொடங்கும். உலக வாழ்வின் இந்த நிலையில் இருந்து அடுத்த நிலைக்கு (plane of creation)க்கு நீங்கள் தாவி குதித்திருப்பீர்கள். இந்த நிலைக்கு நீங்கள் சென்றபிறகு உங்களால் மீண் டும் பழைய வாழ்க்கைக்கு வர முடியாது. ஏமாற்றுபவர் களை கண்டால் இது நம்மாள் இல்லை என்று முகம் திருப்பிக் கொள்வீர்கள். நீங்களும் பிரபஞ்ச பிரவாகத் திற்கு எதிரான எந்த செயலையும் செய்ய மாட்டீர்கள். உங்கள் வாழ்வின் போக்கே மாறிவிடும்.

யாரோ இருளாக இருந்த உங்கள் வாழ்க்கையில் "அங்கே ஒளி உண்டாகட்டும்" என்று சொன்னது போல இருக்கும். அதற்கு லாஜிக் எல்லாம் இல்லை. யாருக்கு வேண்டுமானாலும் எப்படி வேண்டுமானாலும் வரும். லாவோத்சுவின் வரிகள் தான் ஞாபகம் வருகிறது.

"கெட்டுத் திரிந்தவர்கள் தான் ஞானிகள் ஆகின்ற னர்"

கரோலின் மிஸ் எனும் "ஆத்மாவின் பாதை" என்ற பிரபலமான புத்தகத்தை எழுதிய ஆசிரியர் இந்த எபிஃ பனி தருணத்தை

"இறையோடு நமக்கு உள்ள இணக்கத்தை திடீர் வெளிச்சம் போட்டுக் காட்டும் ஒரு தருணம்" என்று கூறு கிறார்.

இதெல்லாம் நமக்கு சரிப்படுமா சார், என்று கேட்கா தீர்கள். இந்த புத்தகம் நீங்கள் வாங்கியது ஏதோ ஒரு விபத்து என்று மட்டும் எண்ணாதீர்கள். இங்கு உங் களுக்கு இந்த குவாண்டம் அனுபவம் ஏற்பட வாய்ப் புள்ள வழிகள் பலவற்றையும் ஆராய்ந்து அவற்றை என் வாழ்க்கையில் அதனை பயன்படுத்திய பின்னரே இந்த பட்டியலை அரும்பாடுபட்டு தயாரித்து இருக்கிறேன். இவற்றை கடைபிடிக்கத் தொடங்கிய உடன் உங்க ளுக்கு அந்த தருணம் வந்துவிடும் என்று நான் உத்த ரவாதம் தர முடியாது. ஆனால் இந்த செயல்கள் உங் களை அந்த அனுபவத்திற்கு அருகே இட்டு செல்லும். எவ்வளவு சீக்கிரம் அல்லது எவ்வளவு மெல்ல என்பது உங்களை பொறுத்தமட்டில். என்ன புரிகிறதா

ஆற்றல் அலைகளை எழுப்ப 12 அம்ச நடவடிக்கை

உங்கள் உணர்வலைகளின் ஆற்றல்களை எப்போதும் உயர்வாக வைத்துக் கொள்வதுதான் உங்கள் விருப்பத்தை நிறைவேற்ற நீங்கள் செய்ய வேண்டியது என்பதைப் பார்த்து வருகிறோம். என்ன செயல் செய்தாலும் சரி, உங்கள் ஆழ்மனதின் பழைய கட்டுப்பாடுகள் எல்லாம் தகர்ந்து நீங்கள் உங்களை எப்போதும் புதியவராக உணர்ந்து கொண்டே இருக்க வேண்டும். அந்த உணர்வே ஆற்றல்மிக்க உணர்வலைகளை எழுப்பி பிரபஞ்சத்திற்கு வேண்டிய சமிக்ஞைகளை அனுப்பிக் கொண்டே இருக்கும். இந்த உணர்வலைகள் எல்லாம் உணர்ச்சி ஏணியின் மேலே முதல் கட்டத்தில் உள்ள உணர்ச்சிகளாக இருக்க வேண்டும். இதை நாம் நம் தினசரி நடவடிக்கைகளின் மூலம் உறுதிப்படுத்திக் கொள்ள வேண்டியது அவசியம். எப்போதெல்லாம் நமது உணர்வலைகளின் ஆற்றல் குறைகிறதோ அப்போதெல்லாம் அதனை உயர்த்தும் சில நடவடிக்கைகளை நாம் எடுத்தாக வேண்டும். நம்மை பரவசமாக உள்ளிலிருந்து புற

மாக மகிழ்ச்சியில் திளைக்க வைக்கும் செயல்களை நாம் செய்ய வேண்டும். அவற்றில் ஈடுபடும் போது நாம் நம்மை உணர்ச்சி ஏணியின் கீழ் தள்ளிய நிகழ்வுகளி லிருந்து விடுபட்டு மீண்டும் மேலே ஏறுகிறோம். அந்த நிகழ்வுகள் எத்தனை எதிர்மறைத் தன்மை வாய்ந்ததாக இருந்தாலும் சரி அவற்றை மறந்து நாம் முன்னேறுகி றோம். இத்தகைய நம் தினசரி வாழ்வில் கடைபிடிக்க கூடிய எளிய நடவடிக்கைகளை நான் இங்கு கீழே வரி சைப்படுத்தியுள்ளேன். அவற்றிற்கு இப்படித்தான் செய்ய வேண்டும் என்ற வரைமுறை கிடையாது. ஆனால் அவற்றின் குறிக்கோள் ஒன்றுதான். உங்களை நீங்க ளாக முழுமையாக உணர வைப்பது.

1. உங்களுக்கு பிடித்த பாடல்களை (சோகப்பாடல் கள், தத்துவப்பாடல்கள் தவிர்த்து) பட்டியலிடுங் கள். முடிந்தால் அதனை ப்ளேலிஸ்ட்டாக உரு வாக்கி வையுங்கள். இந்த பாடல்களை கேட்கும் போதெல்லாம் உங்கள் மனமும் உடலும் துள்ளி குதிக்க வேண்டும். உடனே அதற்கேற்றார் போல தானே நீங்கள் ஆடத் துவங்க வேண்டும். அல் லது மெலொடி பாடல்கள் என்றால் கண்கள் மூடி லயித்து தலையசைத்து கேட்க தயாராக இருக்க வேண்டும்.
2. மிகவும் உற்சாகமிழந்து காணப்படுகிறீர்களா மன-அழுத்தமா உடனே புதிதாக ஏதாவது ஒரு இடத் திற்கு கிளம்பிவிடுங்கள். அது ஒரு கோயிலாக இருக்கலாம் அல்லது அருகில் இருக்கும் புதிய ஊராக இருக்கலாம் அல்லது தூரே வடக்கே இருக் கும் இமயமலையாக இருக்கலாம். ஆனால் மனதை புதுமைகள் சந்திக்கும் தயாரெடுப்புடன் உடனே மூட்டையைக் கட்டுங்கள்.
3. புதியதாக எதையாவது கற்றுக் கொள்ளுங் கள். இது ஒரு முழுமையான பயிற்சியாகத்தான்

இருக்க வேண்டும் என்றில்லை. இன்று தொழில் நுட்ப வளர்ச்சியால் யூட்யூப் போன்ற வலைதளங் களிலேயே பியானோ, கிதார் வாசிக்கக் கற்றுக் கொள்வது, புதிய மொழியின் வார்த்தைகளை கற் றுக் கொள்வது, என்று பயிற்சிகள் வந்து விட்டன. இப்படி எதையாவது கற்றுக் கொள்ளலாம். ஒரு புதிய ஊரை பற்றி கற்றுக்கொள்ளலாம். ஒரு நாட் டின் கலாச்சாரத்தை பற்றி தெரிந்து கொள்ளலாம். நினைவிருக்கட்டும் கேளிக்கைகளில் மூழ்காமல் உங்களை வளர்த்துக் கொள்ளும் ஒரு செயலைப் பற்றி நான் இங்கு பேசிக் கொண்டிருக்கிறேன். ஒரு புதிய சமையல் குறிப்பை அதுவும் வேறு நாட்டில் சமைக்கும் ஒரு புதிய ஒன்றை நீங்கள் கற்று கொண் டாலும் சரிதான். ஆனால் அதனைக் கற்றுக் கொள் ளும் தருவாயில் நீங்கள் உங்களை மறந்து அதனுள் உங்களை ஈடுபடுத்திக் கொள்ள வேண்டும்.

4. ஒரு புதிய குளியல் எடுங்கள். இதெல்லாம் ஒரு விஷயமாக சொல்கிறீர்களே என்று கேட்காதீர்கள். உச்சந்தலையில் இருந்து பச்சை தண்ணீர் விட்டு குளிப்பதற்கும் சுடுதண்ணீர் ஊற்றிக் குளிப்பதற் கும் கூட என்ன பலன்கள் என்று சொல்லியிருக்கி றார்கள் பெரியவர்கள். நவீன விஞ்ஞானமும் கூட அதனை உறுதி செய்திருக்கிறது. நீங்கள் வீட்டில் ஷவர் இருந்தால் அதனை திருப்பி விட்டு கொஞ்சம் நேரம் அதில் நின்று கொண்டிருந்து பாருங்கள். உங் களுக்குள் பல ரசாயன மாற்றம் ஏற்பட்டு நீங்கள் எத் தனை புத்துணர்ச்சி அடைகிறீர்கள் என்று.

5. புத்தகம் வாசியுங்கள். என்னை இப்போது இருக்கும் இந்த இடத்திற்கு மிகுந்த அன்புடன் அழைத்து வந் தது என்னுடன் இருந்த புத்தகங்கள் தான் என்று என்னுடைய காணொளிகள் உட்பட எத்தனையோ இடத்தில் நான் ஆவர்த்தித்து சொல்லியிருக்கி றேன். என் அறையில் இருக்கும் புத்தகங்கள் உயி

ருள்ளவை என்ற எண்ணம் எனக்கு எப்போதுமே இருந்தது உண்டு. அவற்றை வாசிக்கும் போது ஏற்படும் உயிரோட்டமானது சொல்லில் விளக்கமுடியாதது.

6. உங்களுக்காக ஒரு காதல் கடிதம் எழுதுங்கள். இந்த புத்தகத்துடன் இணைந்துள்ள வீடியோ பயிற்சி தளத்தில் நீங்கள் உங்களுக்கான ஒரு நோட்டுபுத்தகத்தை வைத்துக் கொள்வதும் பயிற்சித் தாள்களை எப்படி எழுதி ஆவணப்படுத்துவது என்றும் சொல்லித் தரப்பட்டுள்ளது. அந்த நோட்டுப் புத்தகத்தில் நீங்கள் எப்போதெல்லாம் உங்களை தளர்வாக நினைக்கிறீர்களோ அப்போதெல்லாம், "என் அன்பே, உன்னை நான் எவ்வளவு நேசிக்கிறேன் தெரியுமா " என்று ஆரம்பித்து உங்களை நீங்களே நேசிப்பதற்கான காரணத்தை எதையாவது ஞாபகப்படுத்தி எழுதுங்கள். உங்கள் கணவரோ அல்லது மனைவியோ பொறாமைப்படும் அளவிற்கு எழுதுங்கள். உங்களைப் பற்றி நீங்கள் நினைக்கும் நல்ல விஷயங்களை அதன் போக்கில் வெளிப்பட விட்டு அதனை எழுதுங்கள். அப்படி செய்யும் போது உங்களுக்கு தெரியாத உங்களை பற்றிய பல மறந்து போன விஷயங்களும் ஞாபகம் வரக்கூடும்.
7. இயற்கையோடு ஒட்டி உறவாடுங்கள். உங்கள் அருகில் இருக்கும் இயற்கை எழில்மிக்க இடம் ஏதாவது ஒன்றிற்கு சென்று அங்கு இருக்கும் மரத்தடியில் சிறிது நேரம் உட்காருங்கள் தியானம் செய்யுங்கள். ஊரில் உள்ள பூங்காவை தவிர்க்கவும். அதற்காக ஊட்டி கொடைக்கானல் போக வேண்டும் என்று சொல்லவில்லை. கிராமப்புறங்களில் வயல் காடுகள் இருக்கும், தோப்புகள் இருக்கும் இப்படி எதையாவது ஒன்றை தேர்ந்தெடுங்கள் பெரு நகரங்கள் தாண்டி, சிறு-குறு நகரங்களில் இப்படிப்

பட்ட இடத்தை கண்டுபிடிப்பது பெரிய வேலையாக இருக்காது.

8. தினமும் உங்களுடனே ஒரு 15 நிமிடமாவது செல விடுங்கள். நான் இங்கு தியானத்தை சொல் லவில்லை. காலையில் எல்லோரும் எழுந்திருப் பதற்கு சிறிது முன்னர் எழுந்துவிட்டால் அந்த நேரத்தை இதற்கு பயன்படுத்திக் கொள்ளலாம். எந்த எண்ணத்தையும் வற்புறுத்தாமல், எழும் எண்ண ஓட்டத்தை பற்றி ஆராய்ச்சி செய்யாமல், மனம் அமைதியாக இருக்க வேண்டும் என்று கட் டுப்படுத்தாமல் உங்களுடனே சிறிது நேரம் செலவ ழியுங்கள். எண்ண ஓட்டம் பொங்கி வடிந்ததும் மன திற்கு ஏற்படும் அமைதியைக் கண்டு நீங்களே ஆச் சரியப்படுவீர்கள்.

9. மற்ற ஜீவராசிகளுக்காக சிறிது நேரம் செலவழியுங்கள். உங்கள் வீட்டில் செல்லப்பிராணிகள் இருந்தால் நல்லது. அதனுடன் உங்கள் நேரத்தை செலவழிக் கலாம். எங்கே நேரம் இருக்கிறது என்று கேட்காதீர் கள். நாம் ஏற்கனவே அதைக் குறித்து பார்த்து விட் டோம். வீட்டில் செல்லப்பிராணி எதுவும் இல்லை யென்றால் வீட்டின் மொட்டை மாடிக்கு சென்று பற வைகளுக்கு சிறிது உணவு பருக்கைகளை இட்டு விட்டு வருவது, தெருவில் உள்ள நாய் ஒன்றுக்கு பிஸ்கட் வாங்கி போடுவது போன்ற செயல்களை "இதனால் என்ன" என்று யோசிக்காமல் செய்யுங் கள்

10. உங்கள் உடல், மனம், ஆன்மாவுக்கான பயிற் சிகளை கற்றுக் கொண்டு செய்து உங்களை மூன் றிலும் திடகாத்திரமாக வைத்துக் கொள்ளுங்கள். இன்று இவை மூன்றிற்கான பயிற்சி அளிக்கக் கூடிய மையங்கள் எக்கசக்கமாக வந்து விட்ட நிலையில் நீங்கள் எதை வேண்டுமானாலும் தேர்ந்தெடுக்க லாம். என்னிடம் கருத்து கேட்பீர்களேயானால் நான்

என் அனுபவத்தில் வேதாத்திரியம் சொல்லும் மன வளக்கலையை எடுத்துக் கொள்ளுங்கள் என்று சொல்வேன். ஆனால் அது என் அபிப்ராயம் மட்டுமே.

11. தினசரி எதையாவது ஒரு செயலை யாருக்காவது நன்மையளிக்கும் விதத்தில் செய்வேன் என்று உறுதி பூணுங்கள். அப்படி உங்கள் நாளில் எதையாவது ஒன்றை செய்ய உங்களுக்கு வாய்ப்பு கிடைத்தால் உடனடியாக செய்து அதில் முழு மகிழ்ச்சி கொள்ளுங்கள். செய்ததிற்கு பலன் எதையும் எதிர் பார்க்காதீர்கள்.
12. உங்களை உற்சாகப்படுத்தும் ஒத்த கருத்துடைய மனிதர்களுடனும், உங்கள் அன்புக்குரியவர்களுடனும் நேரத்தை செலவு செய்யுங்கள். இது இரண்டும் வெவ்வேறாக இருக்கலாம் ஒன்றாகவும் இருக்கலாம். வீட்டில் இருக்கும் உங்கள் அன்புக்குரியவர்களுடன் நேரத்தை கதைகள் பேசி, ஹாஸ்யம் பேசி செலவிடுங்கள். விளையாடுங்கள். அதே போலதான் உங்கள் வளர்ச்சியில் பங்கு கொள்ளும், உங்கள் மீது நம்பிக்கை வைத்துள்ள மனிதர்களிடமும். முடிந்தால் இவர்களுடன் தினசரி உரையாடவாவது செய்யுங்கள். மாதத்தில் ஒரு முறையோ இரண்டு முறையோ ஒன்று கூடுங்கள்.

மேற்கண்ட பன்னிரண்டும் உங்கள் தினசரி வாழ்வில் உங்களால் இணைத்துக் கொள்ள கூடியது. இது தவிர உங்களுக்கு ஆற்றல்மிக்க உணர்வலைகளை தரக்கூடிய எந்த செயலையும் உங்கள் பட்டியலில் இணைத்துக் கொள்ளலாம்.

குறிப்பு : மேற்கண்ட விஷயங்களை அடையாளம் காண்பதற்கான பயிற்சித்தாள் வீடியோ பயிற்சிக்கான இணையதளத்தில் உங்களுக்காக கொடுக்

கப்பட்டுள்ளது. வீடியோ பயிற்சியை புத்தகத்துடன் வாங்கியவர்கள் பயன்படுத்திக் கொள்ளலாம்.

ஆக்கம்

கேள்வியும்-பதிலும் - 2

நான் எவ்வளவு முயன்றாலும் என் இருத்தலின் தன்மை எனக்கு புரிந்தாலும் எனது சூழ்நிலைகள் என்னை மீண்டும் பழைய ஓட்டத்திற்கு கொண்டு வந்து விடுகிறதே. இதற்கு தீர்வுதான் என்ன?

நானும் இதே போல பல முறை நினைத்ததுண்டு. நம்மையே ஏமாற்றி கொள்ளும் வாசகம் இது என் பதை பிறகுதான் புரிந்து கொண்டேன். காரணம் நாம் பழைய ஓட்டம் என்று எதை சொல்கிறோம் பணத்தை அல்லது பொருளை நோக்கிய ஓட்டம் அல்லது அன்றாட வாழ்வில் நிலைத்தன்மைக் கான ஓட்டம், இதைத்தான் அல்லவா இது சுற் றியிருக்கும் குடும்பம் அல்லது நமது சமூகத்தால் நமக்கு அழுத்தம் கொடுக்கப்பட்ட ஒன்று. ஆனால் நமது இருத்தலை புரிந்து கொள்ளும் போது எழும் அபரிமித உணர்வானது பொதுவாகவே சிறிய கால ஓட்டத்தில் நமக்குள் ஒரு நிறைவை தந்து விடு கிறது. இந்த நிறைவுக்கு மாறான ஓட்டமானது நாம் இன்னும் அந்த "இருத்தலை" சரியாக புரிந் துகொள்ளவில்லை என்றே அர்த்தம் கொள்ள வைக்கிறது. ஏனென்றால் பிரபஞ்சத்தை குறித்த புரிதல், அதில் நமது உண்மையான இருத்தலை குறித்த புரிதல் யாவும் நம்மை நாம் செல்ல வேண் டிய சரியான பாதையை நமக்கு தெளிவுறுத்துகி றது. அந்த குறிப்புகளை உணரமுடியாமல் திண றுபவருக்கே கஷ்டம். பிரபஞ்ச போக்கில் போவ தென்று நாம் சொல்கிறோம். அதே போல் நாம்

"இக்கணத்தில்" முழு விழிப்புடன் வாழத் தொடங்கி விடுகிறோம். அப்படி இருக்கும் போது எதிர்கா லத்திற்கான பதட்டம் நம்மிடம் இருக்காது. சரி யாக வழிநடத்தப்படுகிறோம் என்ற நம்பிக்கையும் இருக்கும். இந்த தெளிவில் நாம் செயல்களை செய்யும் போது பெரும்பாலும் அது தவறுவதில்லை. அவ்வப்போது அதுவும் நாம் செய்யும் சிறு பிசகு கள் காரணமாகவே அது தவற வாய்ப்பேற்படுகி றது. நீங்கள் என்ன செய்ய வேண்டும் என்று உங் களுக்கு தெளிவு ஏற்படும்போது, உங்கள் பாதை தெளிவாக தெரியும் போது, அடைய வேண்டிய இலக்குகள் மட்டும் தவறுமா என்ன ஆனால் சில சமயம் சந்தேகம் கொண்டு நாம் பதட்டம் அடை கிறோம். அதனாலேயே அந்த பாதையில் இருந்து தவறுகிறோம். நமக்கு வேண்டுவன பெறுகிறோம் என்பது நம் இலக்கை மட்டுமல்ல, போகும் பாதை நெடுகிலும் உங்களுக்கு என்னவெல்லாம் வேண் டுமோ அது பிரபஞ்ச பேராற்றலால் தாயன்புடன் வழங்கப்படும். உங்களுக்கு தேவையானது எத் தனை விலையுடையதாக இருந்தாலும் சரி, உங் கள் பயணத்திற்கு தேவையானது என்றால் அது உங்களுக்கு அளிக்கப்படுகிறது.

உள்ளுணர்வு எனும் திசைமானி

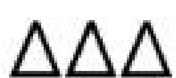
மை ண்ட்வாய்ஸ் கேள்விப்பட்டிருப்போம். அது எப்படி செயல் படுகிறது என்று எப்போதாவது யோசித்திருக்கிறோமா நாம் சரியான பாதையில் தான் சென்று கொண்டிருக்கிறோம் என்று எப்படி அறிவது

நம் விருப்பத்தை பிரபஞ்சத்திற்கு தெரிவித்த பின் னர் அந்த விருப்பம் நிறைவேறிக் கொண்டிருக்கிறது என்று நம்ப வேண்டும் என்று சொல்கிறோம். "ஆனால் போகும் பாதை நெடுக கோணலும் மானலுமாக இருக் கிறதே. என்ன செய்வது," என்று நீங்கள் எண்ணிய துண்டா அதுதான் வாஸ்தவமும் கூட. பிரபஞ்சத்தில் நம் விருப்பத்தை நாம் தெரிவித்த பின்னர் அதனை அடைய பயணிக்கும் பாதை சரிதானா என்று பல சமயங்களில் சந்தேகம் எழும். காரணம் இடையில் ஏற்படும் இடர்க ளும் அதன் காரணமாக ஏற்படும் தளர்ச்சிகளும் தான். சரியான பாதையில் தான் போய்க்கொண்டிருக்கிறோம் என்று எப்படி தெரிந்து கொள்வது

ஈர்ப்பு விதி உட்பட்ட பிரபஞ்ச விதிகளைப் புரிந்து கொண்டு செயல்படும் போது இதையும் புரிந்து கொள்ள வேண்டியது அவசியம் ஆகிறது. முத்தான மூன்றில்

விருப்பத்தை பிரபஞ்சத்திடம் தெரிவித்து விட்டு, பிர பஞ்சம் பதிலளிக்கிறதா என்று கவனிக்க சொல்லியி ருக்கிறார்கள் என்று பஞ்ச எந்திரியங்களையும் முடுக்கி விட்டால் மட்டும் போதாது. அந்த நேரத்தில் இன் னொன்றை அழுத்தம் திருத்தமாக சொன்னேன். உங் கள் மனதில் பரவசம் எழுகிறதா என்று கவனியுங் கள் என்று. பிரபஞ்ச ஊற்றில் கலக்கும் போது தெய் வீகத் துகள்கள் நம்மில் நிறையும்போது ஏற்படும் ஒரு வித சிலிர்ப்பு அது. தேவதைக் கதைகளில் வரும் 'பிக் ஸிடஸ்ட்' எனப்படும் மந்திரத்தூவல் போல. அதுவே நம்மை நம் பாதையில் உந்தித்தள்ளும்.

இறைத்துகள்கள் நம்மில் நிறைந்திருக்கும் போது எப்போதும் மனம் ஆனந்தத்தில் திளைத்து இருக்கும். ஆனால் பாதை மாறியாலோ விருப்பத்திற்கும் பாதைக் கும் முரண்படும். இதனால் பயணத்தில் தளர்ச்சி ஏற்ப டும். சோர்வு கொண்டு பின் தங்க தோன்றும். சில இடர் பாடுகளால், "ச்சீ ச்சீ இந்த பழம் புளிக்கும்", என்ற செயல் களில் இருந்து விலகத் தோன்றும். இப்படி எதிர்மறை யான உணர்வுகள் உங்களுக்கு வரத்தொடங்கினால், ஜாக்கிரதை, நீங்கள் பாதை மாறி பயணிக்கத் தொடங்கி விட்டீர்கள். இம்மாதிரியான உணர்வுகள் எழத்தொடங் கியவுடன் சுதாரித்துக் கொள்ளுங்கள். இந்த நேரத்தில் தான் உங்கள் மைன்ட் வாய்ஸ் உங்களுக்கு உதவி செய் யும்.



உங்கள் அகத்தில் உள்ள திசைமானியை கவனியுங் கள்

நாம் தவறான பாதையில் நடக்கும் போது நமது உள் ளுணர்வு நம்மை நிச்சயம் எச்சரிக்கும். நான் சந்தித்த் எத்தனையோ பேர் என்னிடம்

"மனம் சொன்னதை பின்பற்றினேன். அதனால் என்னால் எல்லாம் செய்ய முடிந்தது"

என்பார்கள். அவர்களுக்கே தெரியாமல் அவர்கள் இந்த பிரபஞ்ச ஓட்டத்தின் போக்கில் போய்க்கொண்டிருக்கிறார்கள். அவர்கள் இத்தனை விஷயத்தையும் நாம் இப்போது கண்டு கொண்டிருக்கிற அதே ரீதியில் கற்றிருக்க மாட்டார்கள். இதே விஷயங்கள் அவரவர் வாழ்க்கையில் வேறு பல விதமாக அவர்களை வந்தடைந்திருக்கும். இந்த வழிமுறைகளைக் கற்றுணர்ந்த பெரியோர் பலர் அவைகளை நமக்கு நேரடியாக தராமல் பல விதமான குறிப்புகளாகவும், வழிகாட்டும் நல்லுறைகளாகவும், சிறுபிள்ளைக்கும் புரியும் வகையில் குட்டிக்கதைகளாகவும் சொல்லிச் சென்றுள்ளனர். ஆனால் அவற்றையெல்லாம் நாம் வெறும் பாலபாடங்கள் என்றும், நாம் வளர்ந்து பக்குவம் பெற்று விட்டோம் என்றும் விட்டுவிடுகிறோம். அந்த படிப்பினைகளில் மறைந்திருந்த பல அற்புத கருத்துக்களை பிடித்து பின்பற்றியவர்களுக்கு தானே பிரபஞ்ச ஓட்டத்துடன் இணைப்பு கிடைத்தது. அவர்கள் அகத்தில் உள்ளுணர்வு எனும் திசைமானியாக நிலைகொண்டது. வாழ்க்கை போகும் போக்கில் அவர்களை வழிநடத்தியது. அதுவே அவர்களின் வெற்றிப் பாதையாகவும் அமைந்தது. அவர்கள் எங்கு பாதை தவறினாலும் உடனே தாயன்புடன் பின் திருப்பி மீண்டும் சரியான பாதையில் செல்லும் படி செய்தது.

இந்த உள்ளுணர்வின் ஆற்றல் உங்களுக்குள்ளேயும் திசைமானியாக செயல்பட்டுக் கொண்டிருக்கிறது. இந்த திசைமானியை பயன்படுத்தி நீங்கள் செல்ல வேண்டிய பாதையை, திசையை சரியாக உணர்ந்து பயணித்தீர்களேயானால், உங்கள் இலக்கை அடைவது உறுதி.

உங்கள் உணர்வுகளை எப்போதும் கவனியுங்கள்

உங்கள் அகத்தின் திசைமானி உள்ளுணர்வாய் செயல்பட தொடங்கியவுடன், நீங்கள் அந்த பாதையில் பயணிக்கத் தொடங்கியவுடன், நீங்கள் எடுத்து வைக்கும் முதல் படியிலிருந்து ஒவ்வொரு படியிலும் ஆனந்த பிரவாகம் ஊற்றெடுக்கும். நீங்கள் ஆனந்தத்தில் திளைப்பீர்கள். ஆனந்தம் குறையும் போதெல்லாம் உங்கள் திசைமானியை அணுகி சரி செய்து கொள்ளுங்கள்.

போகும் பாதை தெரியவில்லை என்ற கவலை வேண்டாம். நம்பிக்கையுடன் முதல்படியை எடுத்து வையுங்கள், பாதை தன்னால் கண்முன்னே விரியும். வழிநெடுக பல வழிகாட்டிகள் இருக்கும். அச்சம் வேண்டாம் நீங்கள் போகும் பாதை தெளிவாகும்.

உங்கள் உணர்வுகளின் வழியாகவே உங்கள் அகத்தில் உள்ள திசைமானியை தொடர்பு கொள்ள முடியும். மீண்டும் ஒரு முறை தெளிவாக சொல்கிறேன். மனதில் பதிய வைத்துக்கொள்ளுங்காள். நீங்கள் ஆனந்தமாய் உணர்கிறீர்களா அப்போது உங்கள் அக திசைமானி காட்டும் வழியில் சரியாக சென்று கொண்டிருக்கிறீர்கள் என்று அர்த்தம். செய்யும் செயலுக்கும் மனதிற்கும் முரண்பாடு ஏற்பட்டு எதிர்மறையாய் உணர்கிறீர்களா பாதை எங்கோ தவறி இருக்கிறது நீங்கள் பயணதிசையை சரி செய்ய வேண்டிய நேரம் வந்து விட்டது என்று அர்த்தம்.

இலக்கு முக்கியம்தான் அதே நேரத்தில் பயணத்தின் இனிமையையும் கவனம் கொள்ளுங்கள்.

உங்கள் விருப்பம் நிறைவேற அகதிசைமானியின் துணைக்கொண்டு பயணிக்கும் போது அழகாய் ஒவ்வொரு அடியையும் ரசித்து அனுபவியுங்கள். பயணத்தில் இணக்கம் கொள்ளுங்கள். நடனமாட தோன்றுகிறதா, இடம், பொருள், ஏவல் பார்க்காமல் குதித்து ஆடத் தொடங்குங்கள். அதிக ஆற்றல் மிக்க உணர்ச்சி

பிரவாகத்தில் கலந்து விடுங்கள். உங்களை சுற்றியுள்ள அனைத்தையும் புதிதாக பார்ப்பது போல ஆச்சரியமாக பாருங்கள்.

நாம் எல்லோரும் இதுவரை இப்படி செய்திருப் போமா என்று கூட நமக்கு தெரியாது. கடிவாளம் போட்ட குதிரை போல வாழ்க்கையில் எதையாவது நோக்கி ஓடிக் கொண்டே இருக்கிறோம். இந்த ஓட்டம் நிற்காது என்ற விழிப்பு வரும் போது வாழ்வின் இறுதி கட்டத்தை நெருங்கி இருப்போம்.

இயந்திரத்தனமாக வாழ்க்கையை மாற்றி இயந்திங் களை போல வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறோம். அப்படி வாழ்வது நம் இயல்பல்ல. ஆனால் வழி வழியாக அதைத் தான் ஒவ்வொரு தலைமுறைக்கும் நாம் கட்டமைத்துக் கொண்டிருக்கிறோம்.

இலக்கை நோக்கிய ஓட்டம், விற்பனை இலக்கை நோக்கிய ஓட்டம், ப்ரோஜக்ட் முடிக்க வேண்டுமே என்ற ஓட்டம், பிள்ளைகளை கரை சேர்க்க வேண்டுமெ என்ற ஓட்டம், குடும்பத்தை காப்பாற்ற வேண்டுமே என்ற ஓட் டம். இதற்கெல்லாம் கடினமாக மனதுக்கு முரண்பா டான விஷயங்களை செய்ய வேண்டுமென்ற சிந்தனை. இறுதியில் வாழ்வை குறை சொல்கிறோம்.

மேலே கூறிய அனைத்தும் நாம் செய்யவே கூடாது என்று சொல்லவில்லை. ஆனால் மாற்றி செய்கிறோம் என்று தான் கூறுகிறேன். பிரபஞ்ச பிரவாகத்தில் கலக் கும் போது தன்னால் உங்கள் இயந்திரத்தனம் மாறும். நம்மை சுற்றி இருக்கும் நல்லுலகை ரசிக்கத் தொடங் குவீர்கள். அதே நேரத்தில் எந்த நேரத்தில் எந்த வேலையை செய்ய வைத்தால் உங்களுக்கான வாழ்வு சுகமாகும் என்று பார்த்து தாயன்புடன் பிரபஞ்சம் வழிந டத்தும். மனம் முரண்பாட்டால் தவிப்பது நின்று விடும்.

இது எப்படி சாத்தியம் என்று கேள்வி எழுப்பா தீர்கள். பிரபஞ்ச வடிவமைப்பை வீண் கேள்வி ஏன் கெட்கக் கூடாது என்று நாம் ஏற்கனவே பார்த்தோம்.

நீங்கள் இப்போது தெரிந்து கொள்ள வேண்டியது எல்லாம் உங்களுக்கு உள்ளே உங்களை பிரபஞ்ச போக்கில் இணைத்து உங்கள் விருப்பத்தை நிறைவேற்றும் நோக்கில் இட்டு செல்லும் திசைமானி ஒன்று உள்ளது, அதை கவனித்து உங்கள் பயணத்தை மேற்கொள்ளுங்கள் என்பது மட்டுமே.

பிரபஞ்ச போக்கோடு இணைவோம்

ஒரு நீண்ட தூர பயணத்தை நீங்கள் உங்கள் காரில் மேற்கொள்ளப் போகிறீர்கள் என்றால் நீங்கள் என்ன செய்வீர்கள் முதலில் மேப்பில் எது எங்கே இருக்கிறது என்று தெரிந்து கொள்ள முயற்சி செய்வீர்கள். வழியில் நமக்கு தேவையான நீர், தின் பண்டங்கள் எல்லாவற்றையும் எடுத்துக் கொள்வீர்கள். இனிமையான இசை வழிநெடுக கேட்பதற்கு உங்க ளது ப்ளேயரை தயார் செய்து கொள்வீர்கள். எல்லாம் சரியாக இருக்கும் பட்சத்தில் உங்களுக்கு கவலை வேண்டாம். எங்கே போகப்போகிறோம் என்பது தெரி கிறது. எந்த திசையில் செல்லப் போகிறோம் என்று மேப் சொல்லிவிட்டது. பயணத்தை இனிமையாக்க இசையோ அல்லது நல்ல சொற்பொழிவோ இருக்கி றது. ஆங்காங்கே பசியாற்ற, தாகம் தீர்க்க வேண்டியவை யும் இருக்கிறது. இது தவிர நமக்கு தேவைப்படுவதெல் லாம் நாம் போகிற பாதையை அவ்வப்போது நமக்கு உறுதிப்படுத்தும் வழிகாட்டிப் பலகைகள் தான்.

நாம் இதுவரை இந்த புத்தகத்தில் கண்டு வந்துள்ள விஷயங்களை மீண்டும் பாருங்கள். நீங்கள் எங்கே போகிறீர்கள், உங்கள் இலக்கு என்ன என்பது உங்க

ளுக்கு தெரியும். வழிநெடுகிலும் பயணத்தை இனிமையாக்க என்னென்ன செய்ய வேண்டும் என்பதும் உங்களுக்கு கடந்த அத்தியாயங்களில் தெரிவிக்கப்பட்டது. இலக்கு மட்டுமே முக்கியமல்ல பயணத்தின் இனிமையும் முக்கியம் என்று உணர்த்த பட்டது. பிரபஞ்ச பிரவாகத்தில் இணைந்து நடனமாட சொல்லித்தரப்பட்டது. உங்கள் விருப்பத்தை அடைய முழு நம்பிக்கையுடன் தொடங்கி விட்டீர்கள். இப்போது உங்களுக்கு தேவை நீங்கள் போகும் பாதை சரியானதுதானா என உறுதிப் படுத்திக் கொள்ள வழிகாட்டிப் பலகைகள். அவ்வளவு தான் அல்லவா

பிரபஞ்ச பிரவாகத்தில் ஐக்கியமாகி உங்கள் பயணத்தை நீங்கள் இதற்கு முன் பகுதியில் சொன்னது போல செய்யத் தொடங்கியிருந்தீர்கள் என்றால் உங்களுக்கு அந்த பிரபஞ்ச போக்கே நீங்கள் போக வேண்டிய இடத்திற்கு கொண்டு சென்றுவிடும் என்பது புரிந்திருக்கும். சென்னை செல்ல வேண்டிய ரோட்டை பிடித்தால் போதும் சென்னைக்கு சென்று விடலாம். இருந்தாலும் வழிகாட்டிப் பலகைகளை அவ்வப்போது காண மனம் விரும்புவது இயற்கையே. என்று பிரபஞ்ச பிரவாகத்தில் நாம் இணைந்து விட்டோமோ அன்றே நாம் அதன் ஓட்டத்துடன் இணைந்து ஓட தொடங்கி விட்டோம். அதே சமயத்தில் வழிநெடுகிலும் உங்களை பலவிதமான வழிகாட்டிகளை வைத்து நீங்கள் போகும் பாதையை ஊர்ஜிதப்படுத்துகிறது பிரபஞ்சம்.

போக்கோடு ஒழுகுதல்(Going with the Flow) என்று சொல்வார்கள். இதுவரை நாம் கண்ட, கற்றுக் கொண்ட விஷயங்களில் இருந்து, நாம் நம் விருப்பத்தை அடைய கடினமாக முயற்சி செய்ய வேண்டாம் என்று புரிந்து கொண்டோம். இந்த சக்திமிக்க பிரபஞ்ச சக்தியோட்ட பாதையில் அதன் போக்கோடு இணைந்து நாமும் சக்திமிக்கவராய் ஒழுக ஆரம்பித்து விட்டோம். இந்த நிலையில் நாம் எதையும் செய்ய முயற்சிப்பதில்லை.

ஆனால் அவை தானே நிகழ்கிறது. நீங்கள் இதைத் தான் செய்ய வேண்டும் என்று விருப்பப்பட்டு செய்வ தில்லை, ஆனால் எதை எப்போது செய்ய வேண்டுமோ அது தானாக செயல்படுத்தப்படுகிறது.

உதாரணத்திற்கு உங்கள் இலக்கை அடைய நீங்கள் பத்து நாட்களில் ஒரு வேலையை முடிக்கவேண்டும் என்று எண்ணுகிறீர்களா சாதாரணமாக நாம் இருந்தால் அதை முடிக்க மிகவும் சிரமப்படுவோம். கடின முயற் சிகளை மேற்கொள்வோம். நேர நிர்வாகம் செய்வோம். ஆனால் பிரபஞ்ச ஒழுக்கோடு ஒழுகும் போது, நாம் ஏற் கனவே கண்டது போல நேரம் தானே நிர்வகிக்கப் படும். எந்த நேரத்தில் எதை செய்ய வேண்டும் என்று நீங்கள் திசைதிருப்பப்பட்டு செயல்படுத்த உந்தப் படுவீர்கள். அந்த வேலையை முடிக்க யாரேனும் தேவைப்பட்டால் அவர்கள் தானே ஏதாவது ஒரு விதத்தில் உங்கள் கண் முன் வந்து நிற்பார்கள். இதேல்லாம் ஏதோ மாய மந்தி ரம் போல நடக்கும். ஆனால் மாயமும் இல்லை மந்திர மும் இல்லை என்று இனி நான் சொல்லி தெரிய வேண் டியதில்லை உங்களுக்கு. இந்த பகுதி வரை நீங்கள் இந்த புத்தகத்தில் கடந்து வந்திருக்கிறீர்கள் என்றால் நிச்சயம் பிரபஞ்சத்தின் வடிவமைப்பு புரிந்து செயலாற்ற தொடங்கி இருப்பீர்கள் என்று நம்புகிறேன். இல்லை நான் க்ளைமேக்ஸ் என்ன என்று முதலிலேயே தெரிந்து கொள்ள விரும்பி இங்கே வந்தேன் என்பவர்கள் தயவு செய்து எல்லாவற்றையும் வரிசைப்படி ஒரு முறை படித் துவிட்டு பின்னர் இங்கு வாருங்கள்.

இந்த நிலையில் நீங்கள் எதையும் செய்ய வேண் டாம் எல்லாம் உங்களுக்கு நடக்கத் தொடங்கும். நீங்கள் நடத்த அனுமதித்தால் போதும். போகும் பாதையெங் கும் அடுத்து என்ன, எந்த பக்கம் திரும்ப வேண்டும் என் பதை ஆங்காங்கே உங்களுக்கு தெரியப்படுத்தும் பிர பஞ்சம். அதுவும் சரிதானா என்பதை உங்கள் உள்ளு

ணர்வு எனும் திசைமானி ஏற்கனவே சொன்னபடி உங்களுக்குள் இருந்து உணர்த்தும்.

எதற்கும் எதிர்ப்பை தெரிவிக்காதீர்கள். பயணத்தில் உங்கள் உற்சாகம் குறைகிறதா, பாதை மாறிவிட்டதா என்று சரிபார்த்துக் கொள்ளுங்கள். இந்த நிலையில் உங்களுக்கு நேரம் போவதே தெரியாது. ஆனால் உங்கள் விருப்பம் எனும் இலக்கை நோக்கி உங்கள் தூரம் குறைந்து கொண்டே இருக்கும். ஆனந்தத்தை முழுவதுமாக அனுபவிப்பீர்கள். கவலைகள் அவ்வப்போது சூழ்ந்தாலும், ஸ்டேரிங்கை திருப்பி மீண்டும் நேராக ஓட்ட ஆரம்பித்து விடுவீர்கள். இப்படி நடப்பதை நீங்கள் அறிந்தாலே நீங்கள் சரியான பாதையில் தான் போய்க் கொண்டிருக்கிறீர்கள் என்று அர்த்தம்.

இங்கு உங்களை முழுவதுமாக உங்கள் உள்ளுணர்வு ஆட்கொண்டிருக்கும். இப்போது, இங்கே இக்கணம் என்று முழுவதுமாக பயணத்தின் இனிமையை ரசித்து கொண்டிருப்பீர்கள். அப்படியென்றால் முழுமையாக பிரபஞ்ச தெய்வீகத் தன்மையோடு நீங்கள் ஒன்றாகி விட்டீர்கள் என்று அர்த்தம். எவ்வளவுக்கெவ்வளவு அதனுடன் நீங்கள் ஐக்கியமாகிறீர்களோ, அவ்வளவுக்கவ்வளவு உங்கள் பயணத்தின் வேகம் அதிகரிக்கும். அந்த சமயத்தில் உங்கள் ஆற்றல் அளவில்லாததாக இருக்கும்.

மிஹாலே சைக்சென்மிஹால்யி எனும் உளவியல் அறிஞர் ஒருவர் இந்த மனதின் ஒழுக்கு நிலையை(flow state) குறித்து பெரிய ஆய்வொன்று நடத்தி அதன் அறிக்கையை வெளியிட்டார். அதில் அவர் இந்த ஒழுக்கு நிலைக்கு சொன்ன விளக்கமாவது:

ஒரு மனிதன் ஏதோ ஒரு விஷயத்தில் தன் முழு ஆற்றலுடன் கவனத்தை செலுத்தி முழு அர்ப்பணிப்புடன் அதில் வெற்றியடைய முழுமையாக முற்படுகிறானென்றால் அதுவே ஒழுக்கு நிலை (flow state) எனப்படுகிறது.

இங்கு அவர் என்னென்னவெல்லாம் சொல்கிறார் என்று பாருங்கள். நாம் சில விஷயங்களை செய்யும் போது நம் முழு கவனமும் அதில் தான் இருக்கும். ஒரு விளையாட்டு போல அதை செய்து முடித்து விடு வோம். நேரம் போவதும் தெரியாது. கஷ்டமும் தெரிந் திருக்காது. காரணம் அச்செயலில் நமது முழு இசைவு. ஆற்றல் அங்கு பாய்ந்தோடும். ஆனந்தம் குடியிருக்கும். நமக்கு பிடிக்காத எந்த ஒரு செயலும் செய்யும் போதோ என்ன நடக்கிறது. காலம் கூட இழுவையாக தோன்றும் அல்லவா. இதுவேதான் அவர் சொல்வதும் கூட. நீங்கள் பிரபஞ்ச பிரவாகத்தின் போக்கில் இருக்கிறீர்கள் என் பதை பின்வரும் பத்து அனுபவங்களில் இருந்து அறிந்து கொள்ளலாம் என்று அவர் விளக்குகிறார்.

1. தெள்ளத்தெளிவாக நிர்ணயிக்கப்பட்ட இலக்கு. நம் விஷயத்தில் நமது விருப்பம். அதனை அடைவது சிறிது கஷ்டம் போல தோன்றலாம். ஆனால் அடை யவே முடியாது என்று தோன்றாது.
2. தெளிவான கூர்நோக்குடைய சிதறாத கவனம். அதா வது ஆரியக் கூத்தாடினாலும் காரியத்தில் கண் ணாயிரு என்பது போல்.
3. அந்த இலக்கை நோக்கிய உங்கள் பயணத்தில் உங் கள் ஒவ்வொரு அடியும் உங்களுக்கு இனிமையான தாக இருக்கும். இயற்கையாகவே ஆனந்தமும் பரவ சமும் ஊற்றெடுக்கும்.
4. மனதில் சொல்லவொணா அமைதி நிலைகொள் ளும். எச்செயலிலும் பதட்டம் இருக்காது. நடக்காது என்ற நம்பிக்கையின்மை இருக்காது. எல்லாம் நன் மைக்கே என்ற மனோபாவம் ஏற்பட்டிருக்கும்.
5. இப்போது, இங்கே,இக்கணம் என்று மனம் "இந்த கணத்தில்" விழிப்புடன் வாழத் தொடங்கியிருக்கும். காலம் கடந்து செல்வதே தெரியாது. மனம் காலம் என்ற வரையறையை தாண்டி வாழ ஆரம்பித்திருக் கும்.

6. உங்கள் ஒவ்வொரு அடிக்கும் உங்களுக்கு பதில் கிடைத்து கொண்டே இருக்கும். தவறுகிற பட்சத்தில் எச்சரிக்கையும், சரியாக போகும் பட்சத்தில் பரிசுமழையும்.
7. உங்களால் செய்ய முடியாத ஒன்றையும் பிரபஞ்சம் உங்களிடம் தராது. உங்கள் தனித்திறமையை வைத்து உங்கள் இலக்கை அடைய வைக்க என்ன செய்ய முடியுமோ அதையெல்லாம் உங்கள் கண் முன் கொண்டு வந்து வாய்ப்புகளாக இடும். இது வரை இதெல்லாம் கூட நமக்கு கிடைக்குமா என்று எட்டாக்கனியாக இருந்த வாய்ப்புகள் உங்களுக்கு எளிதில் கிடைக்கும்.
8. கார் பயணத்தில் ஸ்டேரிங் நம் கையில் இருப்பதை போல நாம் போகும் பாதையில் நமது ஸ்டேரிங் நம் கையில் தான் இருக்கும். பாதை தவறும் போது சுதாரித்து மீண்டு திரும்ப அது உதவும். உங்கள் சூழ்நிலைகள் உங்களை கண்ட் ரோல் செய்கிறது என்பது மாறி நீங்கள் உங்கள் சூழ்நிலைகளை கண்ட் ரோல் செய்து கொண்டிருப்பீர்கள்.
9. உங்கள் இலக்கை நோக்கிய இந்த இனிய பயணத்தில் சில சமயம் சோறு, தண்ணீர், உறக்கம் கூட மறந்து நீங்கள் பயணித்து கொண்டிருப்பீர்கள்.
10. உங்கள் மொத்த கவனமும் பயணம் எதற்காக துவக்கப்பட்டதோ அதை நோக்கியே இருக்கும்.

நீங்கள் பிரபஞ்ச பிரவாகத்தின் போக்கில்தான் இருக்கிறீர்கள் என்பதை உணர்ந்துகொள்ளும் வழி காட்டிகள் இவை. இவை எல்லாமும் ஒரே நேரத்தில் இருக்க வேண்டும் என்பதில்லை. ஆனால் இவையெல்லாம் இருப்பதை அவ்வப்போது நீங்கள் ஊர்ஜிதப்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும். நாம் நமது பயிற்சியில் அதைத்தான் இதுவரை உறுதி செய்திருக்கிறோம். அவற்றை கடைபிடித்து வரும் வேளையில் மேற்கண்ட பத்தும்

ஒன்று மாற்றி ஒன்றாக அல்லது ஒன்றோடு ஒன்று கூட்டாக வந்து நீங்கள் சரியான பாதையில் தான் சென்று கொண்டிருக்கிறீர்கள் என்பதை நினைவுறுத்தும்.

பிரபஞ்ச போக்கில் செல்கிறோம், அதன் வழிநடத்துதலில் செல்கிறோம் என்றவுடன் எல்லாம் எளிதாகிவிட்டது என்ற முடிவுக்குதான் நாம் அனைவரும் வந்துவிடுவோம். கவனம். பாதைகள் ஒரே நேர்கோட்டில், ஒரே சீராக இருப்பதற்கு வாய்ப்பு இல்லை. அப்போது என்ன செய்வது அது ஏன் நிகழ்கிறது அடுத்து அதனை குறித்து பார்ப்போம்.

இப்போதைக்கு இது ஒன்றை புரிந்து கொள்ளுங்கள்

> "ஒரு சவாலான சூழ்நிலையை, அதிலிருக்கும் வாய்ப்புகள் அறிந்து அதை நம்மை விரிவுபடுத்துவதற்கு நமக்கு பிரபஞ்சம் அளிக்கும் வாய்ப்பு என்றுணர்ந்து, ஏற்று செயல்படுவதே சிறப்பான வாழ்க்கை எனப்படும்"

விரிவாக அடுத்து...

விளைவுகளெல்லாம் இனி உன் பாடு

எவ்வளவோ ஓடிவிட்டேன். இனி ஓடுவதற்கில்லை என்று நான் களைத்து போயிருந்த நேரம் அது. மனதளவில் தளர்ந்திருந்தேன். ஒரு பக்கம் தொழில் தோல்வி. மறுபக்கம் தனிப்பட்ட வாழ்க்கையில் தோல்வி. எனது திறமைகளையெல்லாம் வெளிகாட்ட திரைத் துறையை தேர்ந்தெடுத்து அதற்குள் நுழையத்தான் நான் அனிமேஷன் துறையை தேர்ந்தெடுத்திருந்தேன். தொலைக் காட்சிக்கும் திரைப்படங்களுக்கும் தேவையான அனிமேஷன் அல்லது கிராஃபிக்ஸ் வேலையை செய்து தர வேண்டியது என்னுடைய வேலை. அதையே தொழிலாக செய்யலாம் என்று நடவடிக்கைகள் மேற்கொண்ட போதுதான் தொழிலில் பெரும் நஷ்டம் அடைய நேரிட்டது. தொழிலும் நஷ்டம், உடல் நிலையிலும் கஷ்டம் என்ற நிலையில் வீட்டில் அடைபட்டு கிடந்த நேரத்தில் என்ன செய்வதென்று தெரியாமல் திணரிக் கொண்டிருந் தேன். எனது கட்டிலில் இருந்து எனது கணிப்பொறிக்கு செல்வதே (ஒரு மூன்றடிதான் இருக்கும்) மிகவும் கஷ்டமாக இருக்கும்.

"என்ன என் நிலைமை இப்படி ஆகிவிட்டதே. இனி என்னால் எழுந்து பழைய படி ஓடியாடி எந்த வேலையும் செய்ய முடியாது போலிருக்கிறது"

என்று வருத்தமாக இருக்கும். எனது பலவகையான அங்கலாய்ப்புகளுக்கு பிறகு ஒரு முடிவுக்கு வந்தேன்.

"இல்லை இப்படியே இருந்தால் எதுவும் நடக்க போவதில்லை. நான் விரும்பியது நல்ல பல சினிமாக்களை எடுக்க வேண்டும் என்றுதான். அதற்கு நான் நம்பியது என் படைப்புத் திறனைத் தான். அதே திறனை நான் இங்கிருந்தபடியே எப்படி உபயோகிப்பது என்று பார்ப்போம். நடப்பது இறை விருப்பப்படி நடக்கட்டும்",

என்று என்னருகே என்னிடம் கடைசியாக மிஞ்சி இருந்த கணினியையும் என் திறமையையும் நம்பி செயலில் இறங்க ஆரம்பித்தேன். இண்டர்நெட்டில் வலைதளங்கள் அமைக்க ஆரம்பித்தேன். நான் அறிந்ததெல்லாம் குறித்து "ப்ளாக்" தளம் அமைத்து பதிவிட்டேன். இருந்த நேரத்தை பயன்படுத்தி என்ன இருக்கிறதோ அதைக் குறித்து இணையத்தில் வீடியோக்கள் போட தொடங்கினேன். முதலில் ஆங்கிலத்தில்தான் எனது வீடியோக்கள் அமைந்தது இதன் முடிவுகள் எப்படி இருக்கும், இதனால் என்ன பலன் என்றெல்லாம் யோசிக்கவில்லை. "நான் செய்கிறேன். எனது நேரம் வீணாகாமல் ஏதோ அர்த்தமுள்ளதாக போய்க் கொண்டிருக்கிறது",

இவ்வளவுதான் நான் யோசித்தது. என்ன பலன் தர வேண்டுமோ அதனை முழுமையாக இறை பேராற்றலிடம் ஒப்படைத்தேன். அது என்ன தீர்மானிக்கிறதோ அது நடக்கட்டும் என்று இருக்க ஆரம்பித்து விட்டேன். அன்று முதல் என் மனதில் இனம் புரியா ஒரு அமைதி குடிகொள்ள ஆரம்பித்திருந்தது. எனக்கு "ரிசல்ட்ஸ்" பற்றிய ஒரு பரபரப்பு இல்லை. என் வேலையை நான் செம்மையாக செய்கிறேனா, அது போதும் என்று இருந்தேன். இது வரை வாழ்க்

கையில் ஓடினேன், பலன் இதோ இந்த கட்டிலில் சுருண்டு இருக்கிறேன். எதற்கு திணிக்க வேண் டும் எதற்கு பதைக்க வேண்டும் என் எண்ண ஓட் டங்கள் அப்படித்தான் ஓடிக் கொண்டிருந்தன.

"அண்ணா, நீங்கள் ஒரு நூலகம் போல். நீங் கள் அறிந்த பலதையும் நீங்கள் சொல்லுங்கள் அண்ணா. வேண்டுபவர்கள் நிச்சயம் வந்து எடுத்து படித்துக் கொள்வார்கள்",

என்று என்னோடிருந்த சகோதரன் ஒருவன் சொன்னது மேலும் என் செயல்பாடுகளை துரிதப் படுத்தியது. என் வாழ்வு அர்த்தமுள்ளதாகத்தான் போய்க்கொண்டிருக்கிறது என்ற நம்பிக்கையை ஏற்படுத்தியது அவனது சொற்கள். நாட்கள்போக போக என்னுடைய வலைதளத்தை பார்த்து என் நண்பர்கள் பலரும் என்னை பாராட்டத் தொடங்கி னார்கள். புத்தகம் எழுது என்று தூண்டினார்கள். எதையாவது எழுதுவோம் என்று இரண்டு சிறிய புத்தகங்களை எழுதி அவர்களுக்கு எல்லாம் ஈ-புத்தகமாக அனுப்பி வைத்தேன்.

ஆல்ஃபா அட் ஒமேகாவை என் கட்டிலில் இருந் தபடியே ஒரு வலைதளத்தை உருவாக்கியபடி தொடங்கினேன். என் வாழ்வில் நான் பட்ட வேத னைகளை யாரும் பட்டுவிடக்கூடாது என்பதை முன்நிறுத்தினேன். உலகம் முழுவதும் என்னால் மாற வேண்டியதில்லை, ஆனால் வாழ்க்கை யின் போக்கை தீர்மானிக்கும் சில விஷயங்களை தெரிந்து கொண்டால் சகமனிதர்கள் சந்தோஷ மாக இருப்பார்கள் அல்லவா. இதெல்லாம் தான் நோக்கம். இத்தனையும் செய்த போதும் கையில் பணம் என்று ஒன்று இருந்தது இல்லை. இண் டர்நெட் பில் முதற்கொண்டு அப்பாதான் கட்டிக் கொண்டிருந்தார்.

திடீரென்று ஒரு நாள் ஒரு தொலைபேசி அழைப்பு, "நண்பரே, உங்களை பார்க்க வந்து கொண்டிருக் கிறேன். இன்னும் கொஞ்ச நேரத்தில் வந்து விடு வேன்"

என் பழைய நண்பர். என் தொடர்பிலிருந்து விடு பட்ட ஒரு கல்லூரி கால நண்பர். சரி என் நிலை தெரிந்து என்னை பார்த்து விட்டு போக வருகிறார் என்று நினைத்தேன். சிறிது நேரத்தில் கார் ஒன்று வந்து நின்றது. நான் இருந்த அறைக்குள் வந்தார் அவர். குசலங்கள் விசாரிக்கப்பட்டது. அதன் பின் சொன்னார்,

"நீங்கள் நிறுவனத்தில் முதலீடு செய்ய சொல்லி பல காலம் முன் பணம் கேட்டிருந்தீர்கள். அப் போது முடியாத சூழ்நிலை. இப்போது இதோ நான் பல நிறுவனங்களை இப்போது நடத்திக் கொண் டிருக்கிறேன். நீங்கள் அதில் ஒரு இயக்குனராக இணைந்து மீண்டும் உங்கள் பழைய திரைத்துறை கிராஃபிக்ஸ் துறை வேலைகளை செய்யத் தயாரா"

எனக்கு சிறிது நேரம் என்ன நடக்கிறது என்று புரியவில்லை. அப்போதும் பிரபஞ்சம் கொடுக்கும் குறிப்புகளை அறிந்து கொள்ள முடியாதவனாய், "இல்லை நண்பரே இப்போது வேறு மாதிரி சில வேலைகளை தொடங்கி இருக்கிறேன். அதுவும் இல்லாமல் என் உடல்நிலை வேறு இப்படி இருக்கி றது" என்றேன்

"உங்கள் உயிர் எதில் இருக்கிறது என்று எனக்கு தெரியும். உங்கள் தொழிலை எவ்வளவு நேசித்தீர் கள் என்பதும் எனக்கு தெரியும். நீங்கள் செய்து கொண்டிருக்கும் எதையும் நீங்கள் விட வேண் டாம். அதையே அங்கு வந்து ஒரு அடையாளத் தோடு செய்யுங்கள்" என்றார்

அதன் பின் அந்த நிறுவனத்தின் இயக்குனராகி, அந்த பல்துறை நிறுவனங்களின் ஆலோசகராக வும் இருந்து, எனது பயணம் தொடர ஆரம்பித் தது. நான் விரும்பிய அதே அனிமேஷன் துறையில் மீண்டும் "புராஜெக்டுகள்" செய்ய ஆரம்பித்தோம்.

அப்போது நான் உண்மையில் உணர்ந்த ஒரு இறை வாசகம்

"கடமையை செய் பலனை எதிர்பாராதே"

இதற்கு அர்த்தம் பலனே கிடையாது என்பதல்ல. பலனை குறித்து எண்ணம் கொள்ளாதே,அதனை சகலத்தையும் சிருஷ்டித்து நடத்திக் கொண்டிருக் கும் இறைவன் (இறைபேராற்றல்) பார்த்துக் கொள் வான் என்பதே.

நாம், தடைகள், வாய்ப்புக்கள்

பிரபஞ்ச போக்கில் போகும் போது நமக்கு "ஆனந்தமயமான" உணர்வுகள்தான் ஏற்படும். நாம் அந்த ஒழுக்கு நிலையில் இருக்கும் போது எப்படி இருப்போம் என்று கடந்த அத்தியாயத்திலேயே பார்த்தோம். நாம் எல்லோரும் அந்த நிலையை உடனே அடைந்து விடுகிறோமா என்றால், இல்லை. அவரவர் உணர்ச்சி நிலைக்கும், இதுவரை நாம் பேசி வந்த புரிதலுக்கும், பிரபஞ்ச பேராற்றலின் மீதுள்ள நம்பிக்கைக்கும் ஏற்றவாறு இந்த கால அளவு மாறுபடலாம். சில சமயம் என்றோ நம் ஆழ்மனதில் விளைந்த சிலவற்றுக்கான பதில்கள் இன்று பிரபஞ்சத்தில் இருந்து ஈர்க்கப்படலாம். இது இயற்கையே. எதுவும் புதிதாக உருவாக்கப்படப்படுவதில்லை. ஆனால் உங்களுக்கான இந்த உணவையும் நீங்கள் தான் ஆர்டர் செய்திருப்பீர்கள். இதை இன்னும் எளிமையாக விளக்க வேண்டும் என்றால், எல்லா விதைகளும் மண்ணில் ஒரே சமயத்தில் இட்டாலும் எல்லாம் ஒரு போல, ஒன்றாக, ஒரே சமயத்தில் விளைவதில்லை. அதுபோல நாம் என்றோ விதைத்த சில எண்ணங்கள் என்றாவது நமக்கு எதிராக வந்து நிற்க வாய்ப்பு உள்ளது. இப்பிரபஞ்சத்தில்

"ஒரு எண்ணம் போலும் வீணாக போவதில்லை" அது நல்லதானாலும் சரி, தீயதானாலும் சரி.

சில வேண்டத்தகாத சூழ்நிலைகள் உருவாவதை நம்மால் தடுக்க முடியாது. ஆனால் இங்கு தான் நாம் நம் புரிதலை சரியாக ஆக்கத்திற்கு பயன்படுத்த வேண்டும். இந்த இடத்தில் இந்த சூழ்நிலைகளை பிரபஞ்சம் நமது படிப்பினைக்காக அனுப்பி வைத்துள்ளது என்று நினைத்துக் கொள்ள வேண்டும். அந்த சூழ்நிலையில் உள்ள வாய்ப்புக்களை உணர்ந்தறிய முற்பட வேண்டும். அந்த வாய்ப்புக்களை அறிவது மூலமாக நமக்கு வளர்ச்சி இருப்பதை உணர வேண்டும்.

இந்த மாதிரி சூழ்நிலைகள் வரும்போது பாதை மாறி விட்டோமோ என்ற பயம் வரும். சில சமயம் மனம் தளர்ந்து விடுகிறோம். பிரபஞ்ச பேராற்றல் நம்மை வழி நடத்தவில்லையோ என்று சந்தேகப்படுகிறோம். நினைவிருக்கட்டும் இவை எல்லாம், நாம் தவறாக உணர்ந்த "நான்" எனும் ஈகோ செய்யும் வேலை. இந்த நேரத்தில் நாம் பிரபஞ்ச பிரவாகத்தின் ஒழுக்கிலிருப்பதை முற்றிலும் மறந்து விடுகிறோம். நான் தானே ஸ்டேரிங் பிடித்திருக்கிறேன், நான் தானே காரை ஓட்டுகிறேன், என்னால்தானே எல்லாம் நடக்கிறது என்ற எண்ணம் தலை தூக்க தொடங்குகிறது. இதெல்லாம் நடக்கும் போது பிரபஞ்ச ஒழுக்கிலிருந்து விலகி தானே பயணிக்கிறோம். ஆற்றல் இழக்கப்படுகிறது. பயணம் கடினமாகிறது.

இந்த மாதிரி சூழ்நிலைகளில் நமக்கு உள்ள வாய்ப்புக்களை கண்டறிந்து, பிரபஞ்ச பேராற்றல் நம்மை எப்போதும் வழிநடத்துகிறது என்ற நம்பிக்கையுடன் மனதை எதற்கும் திறந்து வைத்தாலோ, நமக்கு நன்மையே நடக்கிறது. நீங்கள் எந்த வழி சென்றாலும் உங்களுக்கு உதவவே பிரபஞ்சம் தாயன்புடன் காத்துக் கொண்டிருக்கிறது. எங்கோ தவறுகிறோம் என்ற எண்ணம் வந்தால் போதும், நம்மையும் மீறி ஏதோ ஒரு அசாதாரண சூழ்நிலை ஏற்பட்டிருக்கிறது, ஆனால் அதையும்

கடக்க எல்லாம் வல்ல இறை பேராற்றலே வழிநடத்தட்டும் என்று சரண் அடைந்தால் போதும். உங்களுக்கான பாதைகள் மீண்டும் தெளிவாவதை உணர்வீர்கள்.

நாம் விதைத்த விதைதான். கர்மாவின் விதிப் பிரகாரம் நாம் அதனை அறுவடை செய்துதான் ஆக வேண்டும் அல்லவா. ஏற்கனவே அதன் வீரியங்களை குறைப்பதற்காக எத்தனையோ செயல்களை நாம் செய்யத் துவங்கி விட்டோம். அதுவே உங்களை இப்போது எதையும் மறக்கும் தருணத்திலும், அப்பேற்பட்ட இக்கட்டான சூழ்நிலையிலும், மனதின் ஆழமான சஞ்சலத்திலும், உடன் நினைவுறுத்தும் : "இங்கும் இறைபேராற்றல் வழிநடத்துமாறாக. இதுவும் கடந்து போகும்"

பல பேருக்கு இந்த சிந்தனை வருவதே இல்லை. நம்மால்தான் எல்லாம் என்று மனம் நம்மை நினைக்க வைத்து விடும். இதனால்தான் வாழ்வில் எல்லா பிரச்சினைகளும். சரியும், தவறும் நிர்ணயங்கள் இல்லை என்கிறார்கள். அப்படியென்றால் எது வேண்டுமானால் செய்யலாம் அர்த்தமா தனக்கும் பிறருக்கும் துன்பம் இல்லாத படி எது செய்தாலும் அது சரியே. ஒருவரது செயலில் தனக்கோ பிறருக்கோ இக்காலத்திலோ பிற்காலத்திலோ துன்பம் விளைவிக்கக் கூடிய செயலை செய்வது தவறு. இந்த அளவீடுகள் இத்தனை ஆற்றல் மிக்க பிரபஞ்சத்தில் இல்லாமலா இருக்கும்

ஆனால் அங்கும் பாருங்கள் அதற்குப்பின்னும் பிரபஞ்சம் உங்களை சரியான தன் சக்தியோட்ட பாதையில் இட்டு செல்ல சித்தமாகவே உள்ளது. உங்களாலேயே விதைக்கப்பட்ட உங்களுக்கான அத்தனை சோதனைகளிலும் உங்கள் விருப்பத்தை நோக்கியுள்ள பயணத்திற்கான வாய்ப்புக்களை வைத்திருக்கும் அந்த வாய்ப்புகளை கண்டறிய வேண்டியது உங்கள் பொறுப்பு.

எல்லோரும் எளிதான வாழ்க்கை என்பதையே விரும்புகிறோம். எளிதாக ஒன்றுமே செய்யாமல் இருந்துவிட்டு எல்லாம் கிடைக்க வேண்டும் என்று நியாயம்

இல்லாமல் விரும்புகிறோம். கடலின் கரையில் நின்று கொண்டு எனக்கு ஒரு மீனும் கிடைக்கவில்லையே என்று வருத்தபப்டுவதில் ஒரு அர்த்தமும் இல்லை. பய ணத்தின் போது பாதை நெடுகும் ஒரே சீராக இருக்க வாய்ப்பில்லை. ஆனால் எப்படியிருந்தாலும் பிரபஞ்சத் தின் வடிவமைப்பை, அதன் நிபந்தனையற்ற அன்பை நாம் புரிந்து கொள்ளும் பட்சத்தில் பயணம் நாம் நினைத்தபடியே சிறு சிறு மாற்றங்களுடன் தொடர்கிறது.

பிரபஞ்ச பேராற்றலின் வழிநடத்துதலை கேட்டுப் பெறுவோம்

இதற்கு முந்தைய அத்தியாயத்தில் கூறியது போல இம்மாதிரியான அசாதாரண சூழ்நிலைகள் வரும்போது என்ன செய்ய வேண்டும் பிரபஞ்ச விதிகளை புரிந்து கொள்ள தொடங்கியதிலிருந்தே எனது வாழ்க்கையில் பல மாற்றங்கள் நிகழ்ந்து கொண்டுதான் இருந்தன. அந்த பிரபஞ்ச பிரவாகத்தில் ஐக்கியமான பின்னர், நான் செய்யும் எந்த செயலிலும் என் மனம் முழுவதுமாக இணங்கி விடும், நேரம் போவதே தெரியாமல் முழு அர்ப்பணிப்புடன், ஆனந்தமாக எல்லாம் செய்து கொண்டிருப்பேன். இது இப்படித்தான் இருக்க வேண்டும் என்று நிர்ணயிக்க மாட்டேன். நான் செய்து கொண்டிருக்கிறேன். இவ்வளவு மட்டுமே என் சிந்தனையில் இருக்கும். ஆனால் இதையும் தாண்டி சில அசாதாரண சூழல் அவ்வப்போது ஏற்படும். பிரபஞ்ச வளத்தை எப்போதும் கருத்தில் கொண்டிருக்கும் எனக்கு திடீரென்று பணப்பற்றாக்குறை ஏற்படத்தான் செய்யும். இல்லை திடீரென்று ஒரு நண்பருடன் பிணக்கம் வந்து விடும். என் இலக்கு நோக்கிய எனது

பயணத்தில் அவர் இத்தனை காலம் உதவி செய்து கொண்டிருப்பவராக இருப்பார். அல்லது திடீர் இடமாற்றம் ஏற்படும். இவையெல்லாம் ஏன் ஏற்படுகிறதென்று நான் சிந்தித்து பார்க்கும் வேளையில் எல்லாம் எனக்கு கிடைத்த பதில் "நான்". என்னிடம் இவையெல்லாம் செய்வதற்கு பணம் இல்லாமல் போய்விடுமோ என்று என்றைக்கோ ஒரு நாள் யோசித்திருப்பேன். அந்த பயம் இன்று விளைந்திருக்கிறது. நம்பிக்கைக்குரிய ஆட்கள் மட்டும் தான் வேண்டும் என்று கேட்டிருப்பேன். அதன் விளைவாக இவர் அதற்கு சரிபட்டு வரமாட்டார் என்று பிரிக்க தொடங்கியிருக்கும் பிரபஞ்சம். நமக்கு என்ன வேண்டும், வேண்டாம் என்று தாய்க்கு தெரியாதா என்ன. நாம் தான் கேட்டிருப்போம். ஆனால் இம்மாதிரியான சூழல்கள் நாம் எதிர்பார்க்காத தருணத்தில் ஏற்படுவதுதான் தர்மசங்கடமாக இருக்கும். ஆனால் மனம் தளராமல் அப்போதெல்லாம்

"இவையெல்லாம் ஏதோ ஒரு காரணத்திற்காகத் தான் நடக்கிறது என்பதை அறிகிறேன். இறை பேராற்றலே இதில் இருக்கும் வாய்ப்புகளை எனக்கு காட்டு. இதில் இருந்து நான் என்ன கற்றுக் கொள்ள வேண்டும் என்று நினைக்கிறாய். அதை எனக்கு காட்டு. கற்றுக் கொள்கிறேன்"

என்று மனம் நிறைய பிரபஞ்ச பேராற்றலின் வழிநடத்துதலைக் கேட்டு பெறுவேன். என்றும் பிரபஞ்ச தாய் ஏமாற்றியதில்லை. நான் துவண்டிருந்த நேரங்களில் எனக்கு புதிய வாய்ப்புகளை தெரியப்படுத்தி, உள்ளிலிருந்து உத்வேகப்படுத்தி, என்னை என்றென்றும் வழிநடத்திக் கொண்டிருப்பது அதுதான்.

உங்களையும் இதையேதான் முயற்சி செய்து பார்க்க சொல்கிறேன். நிச்சயம் தவறாது.

வெல்வதற்காக பந்தயக்குதிரை போல ஓடாதீர்கள்

நீங்கள் வாழ்க்கையில் விரும்பியதை அடைய ஓட வேண்டும் என்றுதான் இந்த சமூகம் நமக்கு சொல்லித் தருகிறது. மற்றவர்களை விட வேகமாக ஓட வேண்டும், ஓடி முதல் பரிசை தட்டி செல்ல வேண்டும் என்று நமக்குள் போட்டி மனப்பான்மையை தான் தூண்டி விடுகிறது. சிறுவயது முதலே நமக்கு அப்படித்தான் கற்பிக்கப்படுகிறது. இன்னொருவனைத் தோற்கடித்து நாம் வெற்றியடைய வேண்டும் என்று. ஒருவரை ஒருவர் தம்மில் தம்மில் வெட்டி சாய்த்துக் கொள்ளும் நடவடிக்கை இது. ஒருவரின் தரம் இந்த வெற்றி தோல்விகளால் தான் நிர்ணயிக்கப்படுகிறதா என்ன

வெற்றி தோல்விகளுக்கு சமூகம் வைத்திருக்கும் நிர்ணயங்களை வைத்துக் கொண்டு ஓட்டப்பந்தயத்தில் கோப்பைக்கு ஓடுவது போன்று ஓடுவது பிரபஞ்ச ஓட்டத்திற்கு எதிரான பாதை. ஒவ்வொருவருக்கும் தனித்தன்மை அளித்திருக்கும் இறை பேராற்றலானது ஒப்பிடுதலை விரும்புவதில்லை. அடுத்தவனை ஒழித்து ஒருவன் வாழ்வது பிரபஞ்ச வடிவமைப்பில் இல்லவே

இல்லை. அது மனிதனாக தன் பரிணாமத்தில் உண் டாக்கிய ஒரு விதமான விஷ வடிவமைப்பு. இந்த வடிவ மைப்புதான் காரணமே இல்லாமல் மன்னர்களை போர் செய்ய வைத்தது. "யார் சிறந்தவர்" என்ற எண்ணத்தை வளர்த்ததாலேயே உலக வரலாறு எங்கிலும் ரத்த ஆறு ஓடியது. இதுவா வெற்றி இதுவா வளர்ச்சி

வளர்ச்சி என்பது நேற்று இருந்த "எனக்கும்" இன்று இருக்கும் "எனக்கும்" உள்ள வித்தியாசமே. ஒருவருக்கு நித்தம் நித்தம் வாழ்க்கையை ரசித்து அனுபவித்து வாழ முடிந்தால் அதுவே வெற்றி. அந்த நிலைக்காக ஏங்கி இருப்பது எத்தனை பேர்?

இந்த கதையை நாம் சமூக வலைத்தளங்களில் கண்டிருப்போம். ஆப்பிரிக்காவில் மனிதர்களின் குணா திசயங்களை ஆராய்ச்சி செய்து கொண்டிருந்த மனித வியல் நிபுணர் ஒருவர் ஒருமுறை ஆப்பிரிக்க குழந்தை கள் கூடி விளையாடிக் கொண்டிருந்ததை கண்டார்.

உடனே ஒரு கூடை நிறைய பழங்களை ஒரு மரத் தின் அடியில் வைத்து, குழந்தைகளுக்கு ஓட்டப்பந்தயம் வைத்தார். யார் முதலில் ஓடுகிறீர்களோ அவர்களுக்கு அந்த பழக்கூடை கிடைக்கும் என்றார்.

குழந்தைகளும் ஓடத் தயாராகின. அவர் ஒன்று, இரண்டு, மூன்று என்று எண்ணி "ஓடுங்கள்" என்று சொன்னவுடன் எல்லாக் குழந்தைகளும் ஒன் றாக கையைப் பிடித்தபடி எழுந்து ஓடத் துவங்கின. அனைத்து குழந்தைகளும் ஒன்றாக பழக்கூடையை அடைந்தன. ஆச்சர்யமடைந்த மனிதவியல் நிபுணர் அவர்களிடம் "ஏன் ஒன்று கூடி ஓடினீர்கள்?" என்று கேட்க குழந்தைகள் "உபுண்டு" என்றனர். அப்படியென் றால் "மற்றவர்கள் இருக்கவே தான் நானும் இருக்கி றேன்" என்று அர்த்தம். எத்தனை பெரிய அர்த்தம் அது.

வாழ்க்கை என்பது ஒருவரை வீழ்த்த ஒருவர் ஜெயிக்கும் ஓட்டப்பந்தயம் கிடையாது. அவரவர் தன் மைக்கு ஏற்ப தன் வாழ்க்கையை ஆனந்தமயமாக அனு

பவித்து அதையே பிறருக்கும் கிடைக்கும்படி செய்யும் களிநடனமே அது. அந்த நடனத்தின் ஒவ்வொரு படியும் வெற்றியே.

இந்த உலகம், இந்த பிரபஞ்சம் எல்லோருக்கும் பொதுவானது. இந்த எண்ணத்தை நாம் எப்போதும் மனதில் நிலை நிறுத்த வேண்டும். அதுதான் அதன் இயல்பும் கூட. இங்கு எப்படி உங்களுக்கு விருப்பங்கள் இருக்கிறதோ, அப்படியே தான் அனைவருக்கும் விருப் பங்கள் இருக்கின்றன. உங்களது நியாயமான கோரிக் கைகள் ஏற்கப்பட வேண்டும் என்று நீங்கள் நினைப்பது போலவே மற்றவர்களும் நினைக்கிறார்கள்.

பத்தாம் வகுப்பில் தமிழ் தாத்தா உ.வே.சா. ஐயா எழு திய "உலகம் ஒரு ஓட்டப்பந்தய மைதானம்" என்ற கட்டு ரைதான் நினைவிற்கு வருகிறது. அதன் கருத்து -

"இந்த உலகம் ஒரு ஓட்டப்பந்தய மைதானம் தான். ஆனால் யாரும் வெற்றி தோல்விக்காக இங்கு ஓடவில்லை. எல்லோரும் ஓடுகிறார்கள். அவரவர் வேகத்துக்கும், திறனுக்கும் தகுந்தாற்போல் சீக்கிரமா கவோ, மெதுவாகவோ முடிவுக்கோட்டை கடக்கிறார் கள். இங்கு யார் வென்றார்கள் யார் தோற்றார்கள் என்பதெல்லாம் கிடையாது. எல்லோரும் ஓடுகிறார்கள் என் பது மட்டுமே நிதர்சனம்"

என்று இருக்கும். முழு கட்டுரையின் சாராம்சமே இதுதான். எல்லோரும் ஓடுகிறோம். அவர்கள் இருப்ப தால் தான் நாமும். இந்த சிந்தனை நிச்சயம் பிரபஞ் சத்தின் நிபந்தனையற்ற அன்பு கோட்பாட்டினை உட் கொண்டதாக இருக்கும். இதுவரை எத்தனை முறை மற்றொருவன், ஒரு அயல்காரன் ஏதோ ஒரு விஷ யத்தை செய்து விட்டான் என்று பாராட்டியிருப்போம். உள்ளம் பொறுமாது அந்த வெற்றியை பங்கிட்டிருப் போம். அவன் அதை செய்து விட்டானே என்று பொறாமை கொள்வதுதான் நம் வரையில் நடந்திருக் கும். ஆனால் அப்படி செய்யும் போது அது நம் வாழ்வி

லேயே, நம் யதார்த்தத்திலேயே மாறுதல்களை உண்டு பண்ணுகிறது என்பது தான் உண்மை.

பிரபல ஈர்ப்பு விதி பயிற்றுவிப்பாளரான ஆபிரஹாம் ஹிக்ஸ் சொல்வதை கேளுங்கள்

> நீங்கள் இந்த உலகத்தில் நீங்கள் எப்படி இருக்க வேண்டும் என்று நினைத்தீர்களோ அப்படி இருக்கவே வந்துள்ளீர்கள். அதே போலவே மற்றவர்களும் என்பதையும் நீங்கள் நினைவில் கொள்ள வேண்டும்.
>
> மற்றவர்களின் விருப்பத்தேர்வுகள் உங்கள் விருப்பத்தேர்வுகளுடன் என்றும் போட்டிப்போடாது. ஆனால் அதே சமயத்தில் அவர்களின் விருப்பத் தேர்வுகளின் மீது நீங்கள் கவனம் செலுத்துகிறீர்களேயானால், உங்கள் ஆற்றல் அலைவரிசையில் அது மாறுதல்களை நிச்சயம் உண்டு பண்ணும்.

மற்றவர்களும் இதே அன்புமிக்க பிரபஞ்சத்தில் தான் வாழ்கிறார்கள். அவர்களும் நன்மைகளெல்லாம் அடையட்டும் என்று நாம் நினைக்கும் மாத்திரத்தில் உணர்ச்சி ஏணியில் நாம் வெகுவேகமாக ஏறிவிடுகிறோம் என்பதே உண்மை.

ஒப்பீடுகள் இல்லாத தனி ஓட்டம்

நம் ஒவ்வொருவருக்கும் ஒவ்வொரு தனித்திறமை கொடுக்கப்பட்டுள்ளது. இது ஒரு பொதுவான வாசகமாக நான் சொல்லவில்லை. அகத்தில் எல்லாம் ஒன்றே என்றாலும் புறத்தில் எல்லாமே ஏன் ஒரே போல படைக்கப்படவில்லை இதை நாம் சிந்தித்திருக்கிறோமா மெஷின்களில் மோல்டு உருவாக்கினால் கூட ஒரே மாதிரி அச்சுக்கள் வருவதில்லை என்று கண்டுபிடித்திருக்கிறார்கள். ஒரு சிறிய பிசிராவது வித்தியாசப்ப

டுகிறது என்கிறார்கள். ஏன் ஏனென்றால் அதுதான் வடிவமைப்பே.

ஒரே துறையை சார்ந்த எந்த இருவரை எடுத்துக் கொண்டாலும் ஒரே மாதிரி திறமைகள் இருப்பதில்லை. அதனால் ஒருவருக்கொருவர் பெரியவர் சிறியவர் என்பதும் இல்லை. ஒவ்வொருவரும் அவரவருக்கான தனித்தன்மை வாய்ந்தவர் என்பதையே இங்கு நாம் உணர்ந்து கொள்ள வேண்டியது. இவரின் செய்கை அவரை பாதிக்கப் போவதில்லை. அவரின் செய்கை இவரை பாதிக்கப்போவதில்லை. ஆனால் இதில் பந்தயம் வைத்து, வெற்றி தோல்வி நிர்ணயம் வைத்து அதை வைத்து களித்து கொண்டாட ஒரு கூட்டமே உள்ளது இந்த உலகத்தில்.

இப்போது நாம் அவர்களின் களிப்பாவையாக மாற வேண்டுமா. அல்லது பிரபஞ்ச பேராற்றல் நமக்கு கொடுத்த தனித்தன்மை எனும் இந்த அற்புத வரத்தை சரியாக பயன்படுத்தி முழுமையாக வாழ வேண்டுமா இது நீங்கள் எடுக்க வேண்டிய முடிவு.

நமக்கு கொடுத்திருக்கும் தனித்தன்மை கொண்டு நம்மால் மட்டுமே செய்ய முடியும் என்று நிர்ணயிக்கப் பட்ட விஷயங்களை உண்மையில் நம்மால் மட்டுமே செய்ய முடியும். அதில் போட்டி என்ற பேச்சுக்கே இடமில்லை. இந்த பேதத்திலும் கொடுக்கப்பட்டுள்ள தனித்தன்மையை கொண்டு "உபுண்டு" சிறுவர்களை போல எல்லோருக்கும் என்று பணிபுரிய முனைந்து விட்டால், அதை விட உங்கள் வாழ்க்கையில் சிறப்பான தொன்று இருக்கவே முடியாது.

அதில் ஒப்பீடுகள் இல்லை. கவலைகள் இல்லை. மற்றவன் முந்திக் கொண்டு ஓடிவிடுவானோ என்ற பயமும் பதட்டமும் இல்லை. தெளிவான நீரோட்டத்தில் அழகாக பயணிக்கும் படகை போல இனிதான பயணம். இதை விட மனம் வேறு எதனை கேட்டு விடப் போகிறது.

பரபரப்பிலிருந்து பரவசத்திற்கு

"எப்போ பார்த்தாலும் இதை செய்யணும் அதை செய்யணும்னு சொல்லிட்டே இருக்கே. கொஞ்சம் நஞ்சம் ஓட்டமா ஓடுறே. ஆனா வாய் மட்டும் தான் மிஞ்சுது. வேற எதுவும் ப்ரயோஜனம் இருந்த மாதிரி தெரியல,"

என் பழைய நண்பர்கள், குடும்பத்தினர்கள் யாவரும் ஒரு முறையாவது இந்த வார்த்தைகளை சொல்லியிருப்பார்கள். சிறுவயது முதல் எனக்கு பல லட்சியங்கள் இருந்தது. பரிசுகளுக்காக ஓட வேண்டும் என்று சொல்லித் தந்திருந்தது சமுதாயம். பரிசுகள் பெற்றவர்களை ஆரத்தழுவியது. நானும் அந்த அங்கீகாரத்தையெல்லாம் பெற வேண்டும் என்று ஓடுவேன். எனது மிகப்பெரிய சொத்து எனது படைப்புத் திறன் என்பதை நான் சிறுவயதிலேயே கண்டு வைத்திருந்தேன். அதை வைத்து எப்படியாவது பெரிய ஆளாகி விட வேண்டும் என்பது தான் நோக்கம். மாமாவின் வீடியோ லைப்ரரி மூலம் திரைத்துறையின் தாக்கம் இருந்தது. ஹாலிவுட் காரர்கள் போன்று படம் எடுக்க வேண்டும் என்று விருப்பம். அதனால் ஆங்கிலப் படங்கள் தான் அதிகம் பார்ப்பேன். நாளடைவில் அதே வீடியோ கேசட் லைப்ரரியில் புது வரவாக விளம்பரம் செய்யும் கம்ப்யூட்டர். ஹாலிவுட்டில் கம்ப்யூட்டர் கிராபிக்ஸ் உபயோகிக்கிறார்கள் என்று

தெரிந்தவுடன் நானும் கம்ப்யூட்டருக்கு அடிமை யானேன். அனிமேஷனே கதியானேன். ஜுராசிக் பார்க் போல படம் எடுத்து பல ஆஸ்கர் விருதுகள் வாங்க வேண்டும் என்று மொட்டை மாடியில் உச்சி வெயிலில் கனவு கண்டிருந்தேன்.

இலக்குகள் இருந்தது விருப்பங்கள் இருந்தது. ஆனால் அதனை நிறைவேற்றும் வழி தெரிய வில்லை. திரைத்துறையில் இருந்த பல பிரச் சினைகள், சரியான வழிநடத்துதல் இல்லை என்ற எண்ணம் மேலோங்கி இருந்தது. அப்போது எனக்கு இந்த பிரபஞ்ச விதிகள் குறித்து எல் லாம் தெரியாது. ஆனால் அவ்வப்போது மனதில் பல கேள்விகள் எழும். என் இலக்கை நோக்கி நான் கடினமாக ஓட வேண்டும் என்று அறிவுறுத்தப் பட்டது. திரைத்துறையில் உன்னை ஒன்றுமில்லா மல் ஆக்கி விடுவார்கள் என்று பயமுறுத்தப்பட்டது. "இதுவெல்லாம் சாதிக்கும் மூஞ்சியா", என்று கேள் விகள் எழுப்பப்பட்டு சங்கடத்தில் ஆழ்த்தியது. அதன் பின்விளைவாக, "சாதித்தே தீர வேண்டும்", என்ற கணல் மூட்டப்பட்டது. அந்த கனல் உள்ளில் உரமாய் இருந்து உந்தியது.

"இந்தக் கதையில் படமே வந்ததில்லை. ஏ.வி.ஆர். தான் முதலில்" என்று ஓடுவேன். இந்த ப்ராஜக் டின் இலக்கை இத்தனை நாட்களுக்குள் முடிக்க வேண்டும் என்று எனக்கு ஆர்டர் அல்லது வேலை தரும் நிறுவனம் நாள் குறித்து தரும் போது இரவு பகல் என்று பார்க்காமல் உழைத்ததுண்டு. ஆனா லும் என் விருப்பத்தை, என் லட்சியத்தை அடை யவில்லை. ஒவ்வொரு நாளும் ஒவ்வொரு பிரச் சினை. ஒவ்வொரு முன்னேற்றத்திற்கும் பணம் தடையாக இருக்கும். பணத்தை நோக்கிய ஓட் டம் வேறு. ஜான் ஏறினால் முழம் சறுக்கியபடி எப்படியோ என்னவோ ஓடுவேன். மனதில் லட் சியத்தை அடைய போகிறேன் என்ற எண்ணம்

மட்டும் இருந்து கொண்டே இருக்கும். அதனால் படும் அடிகளைப் பற்றி கவலைப்படவில்லை. பட்டினியை பற்றி கவலைப் பட்டதில்லை.

அனிமேஷன் வழி ஹாலிவுட்டில் நுழைந்து விடலாம் என்ற எண்ணத்தில் உள்ளது எல்லாம் கொண்டு நிறுவிய அனிமேஷன் நிறுவனம் தகரும் வரை என் ஓட்டம் இப்படி பரபரப்பாய் தான் இருந்தது. அந்த தகர்ச்சி என்னை மனதளவில் என்னை மிகவும் தளர்ச்சியுற செய்திருந்தது. திரும்பி பார்த்த போது நான் எத்தனை காலம் வீணாக்கியிருந்தேன் என்பது என்னை மிகவும் துயரத்தில் ஆழ்த்தியது. வெளிநாடுகளுக்கு கூட்டி சென்று பலர் பாராட்ட மேடையில் உட்கார வைக்க வேண்டுமென்று நினைத்த பெற்றோருக்கு வயதாக தொடங்கி இருந்தது. இத்தனை நாளும் நான் பல கணங்கள் ஓடி மறைந்து கொண்டிருப்பதை கவனிக்கவில்லை.

நாளை என்னவாக நான் இருப்பேன் என்பதை மட்டுமே யோசித்துக் கொண்டிருந்த நான், இப்போது என்னிடம் உள்ளதை பற்றி கவலைப் படவில்லை. எனது பரபரப்பான ஓட்டத்தில் காலங்கள் கரைந்து கொண்டிருக்கின்றது. காலம் என்பது எத்தனை விலைமதிக்க முடியாத சொத்து விலை என்ற வார்த்தை கூட தவறான அளவுகோல் தான் காலத்திற்கு. அது புரிய ஆரம்பித்த போது, நான் செய்தது தவறா சரியா என்ற கேள்விகள் கேட்கக் கூட தயங்கி நின்றேன்.

சிறிது சிறிதாக என் கேள்விகளுக்கு பதில் கிடைக்க ஆரம்பித்தது. பிரபஞ்ச விதிகளை புரிந்து கொள்ள ஆரம்பித்தேன். பிரபஞ்ச ஓட்டத்தில் தான் நான் இருந்திருக்கிறேன், ஆனால் அந்த இணைப்பு துண்டிக்கப்பட்டு, என்னால் மறக்கப்பட்டு, ஒரு இயந்திரமாக ஓடியது எனக்கு புரிய

ஆரம்பித்தது. என்னை படைப்பாளியாக படைத் தது அதுவே. ஒவ்வொருவருக்கும் தனித்திறமை களை ஏதோ ஒரு காரணத்துக்காக கொடுப்பது அந்த பேரறிவே.

"மனிதன் உள்ளதற்கும் ஆவதற்கும் இடை யில் உள்ள இடைவெளியில் முரண்பட்டு சிக்கித் தவிக்கிறான்" என்ற ஜே. கிருஷ்ணமூர்த்தியின் சொல் பளாரென்று அறைந்தது.

மீண்டும் யோசிக்கத் தொடங்கினேன். இலக் கில் குறியாக இருந்த நான், பயணத்தில் கவ னத்தை திசை திருப்பினேன். இது இல்லை, அது நொள்ளை என்ற எண்ணங்களை மாற்றினேன். உள்ளதை கொண்டு என்ன செயலாற்ற முடியுமோ அதை செய்யத் தொடங்கினேன். எனது பழைய தகர்ந்த அனிமேஷன் நிறுவனத்தின் ஒரு சிறிய ப்ராஜக்டை மீண்டும் தூசு தட்டி செய்யத் தொடங்கி னேன். அதுவும் தனியாளாக. ஆனால் எந்த வித மான பரபரப்புமில்லாது.

உடன் ஆச்சரியங்கள் காத்திருந்தது. சிறிது நாட் களில் எப்போதோ தொலைந்திருந்த நண்பர் வந் தார். நான் பணம் தருகிறேன் உங்கள் ப்ராஜக்டை ஒரு சிறிய நிறுவனத்தை மீண்டும் தொடங்கி தொட ருங்கள் என்றார். தொடங்கினேன். இக்கணத் தில் மிகவும் விழிப்புடன் பரபரப்பு இல்லாமல் ஒவ் வொன்றையும் செய்யத் தொடங்கினேன். வேண்டி யவாறு "டீம்" அமைந்தது.

அப்போது நான் எடுத்து கொண்ட ஒரே உறுதி மொழி "இலக்கை நோக்கிய இயந்திரத்தனமான ஓட்டம் இருக்கக்கூடாது"

இந்த சிந்தனை பல விதமான ஆச்சரியமான மாற்றங்களை எனக்கு மட்டுமல்ல எங்கள் நிறுவ

னத்திலும் கொண்டு வந்தது. எங்கள் நிறுவனத்தில் பெரிய "டெட்லைன் - இறுதிநாள்"வைக்க மாட்டோம். அப்படி யாரையும் வற்புறுத்தி, அழுத்தம் கொடுத்து வேலை செய்ய வைக்க எனக்கு இஷ்டம் இல்லை. ஆனால் பிரபஞ்சம் நான் ஏற்கனவே என் உள்ளுணர்வு உணர்த்தும் திசையில் சஞ்சாரம் செய்ய ஆரம்பித்திருந்ததால், என் மனநிலைக்கு ஒத்த மனிதர்களை என்னிடம் அனுப்பி வைத்திருந்தது. அடுத்து அவர்களுக்கும் பரபரப்பு இல்லாத ஒரு சூழ்நிலையை உருவாக்கி கொடுத்ததால் அழகாக குறித்த டெட்லைனுக்கு முன்னதாகவே அவர்களால் வேலைகளை முடிக்க முடிந்தது.

ஒரு வேளை டெட்லைன் தவறினாலும் சிறிது அட்ஜஸ்ட் செய்து கொண்டு முன்னேறும் வேலையை மட்டுமே நாங்கள் பார்த்தோம். அழுத்தம் கொடுக்கும் வாடிக்கையாளர்களை பிரபஞ்சமே அப்புறப்படுத்தியது.

என் பரபரப்பு மாறி மனம் ஒவ்வொரு நொடியிலும் பரவசமடைந்தது. வாழ்க்கை நகர்ந்து கொண்டிருப்பதை மனதில் நிறைவுடன் காணமுடிந்தது. இதனால் நான் புதிய இலக்குகளுக்கு என்னை மாற்றிக் கொண்டேனா என்றால், இல்லை. அதே இலக்குகள் ஆனால் புதிய பாதை. பிரபஞ்சத்தின் வடிவமைப்பை அப்படித்தான் புரிந்து கொள்ள முடிந்தது. என் வாழ்நாளின் தொடக்கம் முதல் இப்போது வரை ஒவ்வொரு பகுதியிலும் நான் கற்றது, கேட்டது, செய்தது எல்லாம் என்ன காரணத்துக்காக என்று என்னால் இனம் காண முடிந்தது. ஒரு திரைப்படம் பண்ண வேண்டுமென்றால் எதில் செய்தால் தனித்தன்மையுடன் சிறக்க முடியுமென்பதையும் பிரபஞ்சம் தெளிவுப்படுத்தியது. திரைப்படங்கள் தாண்டிய பல விஷயங்களை செய்ய எனக்கு உள்ளுணர்வாய் உணர்த்தியது.

இன்று என் வாழ்வில் நடந்து கொண்டிருக்கும் ஒவ் வொன்றும் இந்த ஆல்ஃபா அட் ஒமேகா, அகம்-அற்புதம் உள்பட எல்லாமும் என் உள்ளுணர்வு எனும் திசைமானியின் வழிகாட்டுதலே. என் மனம் தளர்ச்சியுறும் போதெல்லாம் அகத்திலே சென்று நான் சரியாக செல்கிறேனா இன்றும் சரிபார்த்துக் கொள்கிறேன்.

ஹாலிவுட் கனவு நிச்சயம் நிறைவேறும் என்ற நம் பிக்கை மாறாமலே!

சாந்தமும் சமாதானமும்

எல்லா வேலைகளுக்கும் பதட்டமாக ஓடி ஓடியே பழக்கப்பட்டுவிட்டோம் நாம். நானும் விதிவிலக்கல்ல. அதே போல ஒரு செயலை செய்தால் அதற்கு நான் எதிர்பார்த்தபடிதான் விளைவு இருக்க வேண்டும் என்று தான் எல்லோரும் நினைப் போம். நானும் அப்படித்தான் நினைத்தேன். மனிதர் கள் ஒவ்வொருவரையும் நம்புகிறோம். அந்த நம்பிக் கையின் பேரில் அவர்கள் நாம் நினைத்தபடிதான் இருக்க வேண்டும் என்று எதிர்பார்க்கிறோம். நானும் பல தருணங்களில் பலரிடம் அதனை எதிர்பார்த்தேன். இதற்கெல்லாம் விளைவு என் வாழ்வில் எனகேற்பட்ட பதட்டம், மன-அழுத்தம். இவை எல்லாம் நம்மை பிடித்து வைத்திருக்கும் பிடிமானங்களே என்பதை புரிந்து கொள்ளவே எனக்கு பல காலம் பிடித்தது. நான் மேற் சொன்ன சந்தர்ப்பங்களில் என்ன நடக்கிறது உண்மை யில். என் வாழ்க்கை எப்படிப் போகுமோ, அதை வெற் றிகரமாக மாற்ற வேண்டும் என்று பதட்டத்துடன் ஓடி னால், பதட்டம் எனும் எதிர்மறையை ஏற்படுத்தக் கூடிய அலைவரிசைகளையல்லவா பிரபஞ்சத்தில் செலுத்து கிறோம். நான் எதிர்பார்த்தபடி விளைவு இருக்க வேண் டும் என்று யாருக்கு நிபந்தனை விதிக்கிறோம் நாம் பிரபஞ்சத்தில் செலுத்தும் உணர்வலைகள் குறைவான

ஆற்றல் கொண்டிருக்கும் போது நமது எதிர்பார்ப்புகள் ஏமாற்றம் அடையத்தானே செய்யும்.

"எப்படி சார் எனக்கு வேண்டிய விளைவுக்கு சரியாக ஈர்ப்பு விதியில் சொல்லப்ப்டிருப்பது போலத்தானே சார் நான் ஓடுகிறேன். நீங்களும்தானே செயல்புரிய சொல் லியிருக்கிறீர்கள். இது எப்படி குறைவான உணர்வ லையை ஏற்படுத்தும்"

என்று நீங்கள் கேள்வி எழுப்புவது கேட்கிறது. இதைத் திணிக்கப்பட்ட ஆற்றல் என்கிறோம். இது இப் படித்தான் நடக்க வேணடும் என்று பலன்களை நாம் திணிக்கிறோம். செய்ய செய்ய முடிவுகள் வரலாம். வரா மலும் போகலாம். வராமல் போனால் கடின உழைப்பு வீணாகிவிட்டது என்ற கவலை வேறு வந்து தொற்றிக் கொள்ளும்.

"எத்தனையோ சுயமுன்னேற்ற எழுத்தாளர்கள் பேசு வது போல, அவர்களது புத்தகங்களில் எழுதியிருப்பது போல சிரமேற்கொண்டு கடுமையாக முயற்சிக்கிறேன். ஆனால் ரிசல்ட் என்னவோ ஜீரோ தான்", என்று என்னிடம் வேதனைப்படுபவர்களை என்னால் ஏராளா மாக பார்க்க முடிகிறது. எல்லோருக்கும் ஒன்று புரிவ தில்லை. பிரபஞ்சம் திணிக்கப்பட்ட ஆற்றலை எதிர் மறை ஆற்றலாகவே காண்கிறது. ஒன்றை கடுமையாக செய்வது என்பது பிரபஞ்ச ஒட்டத்திற்கு மாறான ஒரு செயல். பிரபஞ்ச பிரவாகத்தின் சக்தி ஓட்டத்தில், அந்த அலைவரிசையில் நாம் ஒத்திசைந்து இணைந்தாலே போதும். எதையும் நாம் சிரமப்பட்டு நடத்த வேண்டாம். நடத்த அனுமதித்தாலே போதும். விருப்பங்கள் எல்லாம் தானாகவே நடக்கும். ஆனால் நாம் பலன்கள் கூட இப் படி, "நான் எதிர்பார்த்தபடியே வேண்டும்" என்று திணிக் கிறோம்.

இப்படி நான் இருந்த நேரங்களில் எல்லாம் என் னுடைய செயலாற்றல் எல்லாம் வெகுவேகமாக செல விடப்பட்டு கூடிய விரைவிலேயே சோர்வடைந்ததுண்டு.

அதற்கு பின் நாம் எதிர்பார்த்த பலனும் கிடைக்கவில் லையென்றால் சொல்லவே வேண்டாம். உட்கார்ந்து அழுவதற்கு மூலை எதையாவது தான் தேட வேண்டும். நம்மில் பலரும் செய்யும் மிகப் பெரிய தவறு இது.

எதை எதையோ நினைத்து அதை எல்லாம் செய் தால் வாழ்க்கை நிறைவாக இருக்கும் என்று நினைக் கிறோம். ஆனால் நமக்கு ஒன்று புரிவதில்லை. வாழ்க் கையை நிறைவாக நினைத்தால் தான் அதுவெல்லாம் கிடைக்கும். அதுதான் வடிவமைப்பு.

எப்போதும் போதாது, முடியாது, எனும் "திருப்தி யுறாத" மனம் எப்படி பிரபஞ்ச அலைவரிசையில் இயங்க முடியும்

என் வாழ்வில் மிகக் கடினமாக உணர்ந்து கொண்ட அடுத்த பாடம், "செயலை செய், பலனை இறை பேராற்ற லிடம் ஒப்படை. அது நடந்தே தீர வேண்டும் என்று சார் புற்றிருக்காதே."

பற்றற்று இருங்கள் என்று சொல்லப்பட்டதை நாம் மிக்கவரும் தவறாக புரிந்து கொண்டிருக்கிறோம். வாழ்க்கையில் எல்லா பற்றையும் துண்டித்து விட்டு எங் காவது ஓடி விடு என்று அர்த்தம் கொள்கிறோம். ஆனால் அதுவும் நம்மை வாழ்வில் திருப்தியுற்றவராக மாற்றி விடுகிறதா என்றால் இல்லை. பற்றற்ற தன்மையின் விதி என்ன சொல்கிறது என்று பார்ப்போம்,

"நீ உனக்கு விருப்பமானது உன் வாழ்வில் நடக்க எல் லாம் செய். ஆனால் விளைவில் மட்டும் இப்படித்தான் இருக்க வேண்டும் என்று திணிக்காதேன். விளைவுக ளில் பற்றற்று இரு"

புரிந்து கொள்ள முடிகிறதா உங்களால்

நம் விருப்பத்தை பிரபஞ்சத்திடம் தெரிவித்து விடு கிறோம். அதன் மீது முழுமையாக நம்பிக்கை வைக்கி றோம். நம் விருப்பம் ஈடேறும் என்று நம்புகிறோம். ஒரு வேளை அது நாம் நினைத்தபடி, நாம் நினைத்த நேரத் தில் நடக்கவில்லை. என்ன செய்வோம்

"குய்யோ முய்யோ" என்று அலறிக்கொண்டு. பிரபஞ்சமும் இல்லை, கடவுளும் இல்லை என்று எல்லாவற்றையும் தூக்கி போட்டு உடைத்து ரணகளம் பண்ணிவிடுவோம் அப்படித்தானே. நான் அப்படித்தான் பல தருணங்களில் செய்தேன். ஆனால் சொல்வார்களல்லவா துன்பங்களில் இறைவனை நினை, அவன் ஆட்கொள்வான் என்று, அது போல பல நேரங்களில் என் வாழ்வில் திருப்புமுனைகளாக பல சம்பவங்கள் நிகழ்ந்தது. எப்போது தெரியுமா

"என் மனம் சரி என் செயலை நான் செய்கிறேன். மீதத்தை இறைபேராற்றல் நடத்தும். அதன் வழியில் செல்கிறேன். எனக்கு எப்போதும் அது நல்லதையே செய்யும்," என்று பலன்களில் என் பற்றை முழுவதுமாக அறுத்தெறிந்தேன்.

எனது நிறுவனத்தில் கூட புராஜெக்டுகள் தள்ளிப் போன போது, "பரவாயில்லை, ஏதோ ஒரு காரணத்துக்காக தள்ளிப் போகிறது. நிச்சயம் நல்ல விளைவாகத்தான் இருக்கும்," என்று நம்பினேன். இந்த தள்ளிப் போதலுக்கும் காரணம் ஏதோ ஒரு விதத்தில் நான் தான் என்று முழுமையாக பொறுப்பேற்றுக் கொண்டேன். அதே நேரத்தில் அதில் இருந்து விலகாமலும் பார்த்துக் கொண்டேன். விளைவு - பதட்டம் இல்லாத சாந்தமான மனம். சமாதானம் நிறைந்த மனம். இது இருந்தால் என்ன நடக்கிறது என்று நம்மால் உணர முடியும் தானே

"பதறாத காரியம் சிதறாது" என்று பெரியவர்கள் சொல்லி வைத்ததை அப்போதுதான் உணர்ந்தேன். எங்கெல்லாம் தடை ஏற்படுகிறது என்று எனக்கு வெட்ட வெளிச்சம் போட்டுக் காட்டியது அன்பு பிரபஞ்சம். அவற்றை சரி செய்து கொள்ள வாய்ப்புக்களையும் ஏற்படுத்திக் கொடுத்தது. அது சரியாக நடைபெற ஆட்களையும் கூட்டல், கழித்தல் எல்லாம் செய்தது. மனம் அமைதியில் இருக்கும் போதுதான் எத்தனை தெளிவு..

அழகாக எல்லாம் நடந்து எதிர்பார்த்ததை விட இறுதி தயாரிப்பு நல்ல தரமானதாக முடிந்தது.

என் அனுபவத்தில் சில உபாயங்கள் சொல்கிறேன்.

- எப்போதும் செயல்களை திட்டமிடுங்கள். செய் யத் தொடங்குங்கள். ஆனால் அதன் பலன்களில் இருந்து விடுபட்டு இருங்கள்.
- செயல்களை செய்யும் போது பதட்டம் அடையாதீர்கள். போகும் பாதை சரியானதே என்று முழுமையாக நம் புங்கள். உங்களை பிரபஞ்ச பேராற்றல் வழிநடத்திக் கொண்டிருக்கிறது.
- மனதை முடிந்தவரை அதன் போக்கிலேயே விட்டு சாந்தமாக இருக்க பாருங்கள். பரபரப்பாக எதையும் செய்யாதீர்கள். நிதானமாக ஒவ்வொன்றையும் முழு மையாக செய்யுங்கள்.
- ஒரு முறை நீங்கள் எதிர்பார்த்தபடி பலன் கிடைக் கவில்லையா. சோர்ந்து விடாதீர்கள். ஏதோ கார ணம் இருக்கிறது, அது என்ன என்று தெளிவுறுத்த சொல்லி பிரபஞ்ச பேராற்றலிடம் கேளுங்கள்.
- புரிந்து கொள்ளுங்கள் வாழ்க்கை நிறைவாகத்தான் இருக்கிறது. நாம் தான் குறைகளை தேடிக் கொண் டிருக்கிறோம்.

எதிர்ப்பது வலுக்கும்

நீங்கள் செய்யும் எந்த செயலாக இருந்தாலும் அதனை செய்யும் போது உங்கள் மனம் இசைந்து செயல்படுகிறதா என்று கவனிக்க வேண்டியது அவசியம். உங்களுக்கு பிடிக்காமல் வேண்டா வெறுப்பாக எதை நீங்கள் செய்தாலும் அது உங்களை பிரபஞ்ச பிரவாக பாதையிலிருந்து விலக்கு கிறது என்று புரிந்து கொள்ள வேண்டும். அதே போல உங்களுக்கு திடீரென்று ஏதோ ஒரு வேலை, ஒரு மாற் றம் என்று ஏதாவது உங்களுக்கு நிகழ்கிறது என்றால் அதனை பிரபஞ்சம் தரும் மாறுவேடமிட்ட வாய்ப்பாக காணவேண்டும். நாம் ஏற்கனவே சொன்னதுபோல் பிர பஞ்சம் தரும் குறிப்புகளை புரிந்து கொள்ள ஐம்புலன்க ளையும் கொண்டு கூர்ந்து கவனிக்க வேண்டும்.

உங்கள் வாழ்வில் நடக்கும் எந்த ஒரு சம்பவமும் உங் களுக்கு ஏதாவது ஒரு வாய்ப்பளிக்கிறதா என்று ஆராய வேண்டும். ஆய்வின் பிறகு இது நிச்சயமாக தேவையே இல்லை என்று தோன்றுகிறதா, அப்படியென்றால் நீங் கள் அதை செய்வதை தவிர்த்து விடலாம். ஆனால் எதிர்க்கக் கூடாது." காரணம் நீங்கள் அதை செய்ய முடி யாது என்று எதிர்ப்பது, ஏன் 'செய்யமுடியாது' என்ற எண் ணம் கூட உங்கள் எதிர்ப்பலைகளை பிரபஞ்ச சக்தி யோட்ட பாதையில் செலுத்தி உங்கள் அந்த பாதையில்

இருந்து விலக்க காரணமாக இருக்கும். உங்கள் வாழ்வில் ஏதோ ஒரு விஷயத்தை எதிர்க்கிறீர்கள் என்றால் என்ன நடக்கும்

ஒரு படகு ஓடும் ஆற்றின் ஓட்டத்தில் அதன் வழியே போய்க் கொண்டிருக்கும் போது, திடீரென்று படகோட்டி தனது துடுப்பை ஒரு இடத்தில் ஆற்றில் இட்டு நிறுத்தி வலிய படகின் போக்கை எதிர்க்கிறான் என்றால் என்ன ஆகும் படகு போகும் திசை திரும்பும் அல்லவா அதே தான் இங்கும் நடக்கும். உங்கள் எதிர்ப்பு பிரபஞ்ச சக்தியோட்டப் பாதையில் ஒரு திணிப்பாகவே காணப்படும். அந்த திணிப்பு உங்களை திசைதிருப்பி விடும்.

என்று நாம் பிரபஞ்ச போக்கோடு இணைந்தோமோ அப்போதே நாம் நமக்கு நடப்பது எல்லாவற்றையும் உள்ளது உள்ளபடி பார்த்து அதனை ஏற்றுக் கொள்ளும் பக்குவத்தை பெற்றிருப்போம். அதன் போக்கிலேயே இருப்பதை ஏற்றுக்கொள்வோம். வாழ்க்கை என்பது "நம் மூலமாக நிகழ்வது" என்பதை புரிந்து கொள்வோம். எது நடந்தாலும், அது நேர்மறையோ எதிர்மறையோ அதனை நன்றி சொல்லி ஏற்றுக் கொள்வோம்.

உங்கள் வாழ்வில் உங்களுக்கு நேர்மறை நிகழ்கிறதா பணிவுடன் மிகுந்த நன்றியுணர்வுடன் பிரபஞ்ச பேராற்றலுக்கு நன்றி சொல்லி ஏற்றுக் கொள்ளுங்கள். நமக்கு நல்லது நடந்தால் மட்டும் உற்சாகமடைந்து நன்றி சொல்லும் பழக்கமுடைய நாம் கொஞ்சம் மாற்றி யோசிப்போம். நம் வாழ்வில் எது நடந்தாலும் நன்றி சொல்வோம். நல்லவை தந்த அகமகிழ்ச்சிக்கும் மற்றவை தந்த படிப்பினைகளுக்கும் நன்றி சொல்வோம்.

உங்கள் தற்போதைய வாழ்க்கை சூழ்நிலை ஏதோ ஒரு காரணத்தினால், தெரிந்தோ தெரியாமலோ உங்களுக்கு நேர்ந்து விட்டது. அதன் பின்புலத்தை ஆராயும் போது உங்கள் தற்போதைய வாழ்க்கை சூழ்நிலைக்கு நீங்கள்தான் காரணமாக இருப்பீர்கள். இப்போது அதனை ஆராய நேரமில்லை. வருவதை ஏற்றுக் கொள்

ளுங்கள். உங்களுக்கு நிகழ்ந்ததை மனப்பூர்வமாக ஏற்றுக்கொள்ளும்போது மனம் ஒரு பரிபக்குவ நிலையை அடைகிறது. அதுவே உங்கள் ஆற்றலை அதிகப்படுத்துகிறது.

விட்டுக் கொடுங்கள் கெட்டுப் போகப் போவதில்லை

பொதுவாக மற்ற மனிதர்களுடன் நாம் புழங்கும் தருணங்களில்தான் நம் வாழ்வில் பல சிக்கல்கள் வரும். அது வீட்டில் ஒரே குடும்பத்தில் இருக்கும் நபர்களாகட்டும், அல்லது வீட்டை விட்டு வெளியே செல்லும் போதாகட்டும் நம் வேறுபாடுகள் காரணமாக நாம் ஏதோ ஒரு வகையில் உறவுநிலை சிக்கல்களில் மாட்டிக் கொண்டு விடுகிறோம். உறவு முறை சிக்கல்கள் பொதுவாக நம் அபிப்ராயங்கள், இப்படி இருக்க வேண்டும் என்ற திணிப்பு, முன்விதிகள் இவற்றால் தான் வருகிறது. இவை எல்லாம் நாம் செலுத்தும் எதிர்ப்பின் அலைகள். அதற்கு பதில் நீங்கள் அவர்களை முழுமையாக ஏற்றுக் கொண்டு, உங்கள் நிலையில் இருந்து மாறாமல், சண்டைகள் சச்சரவுகள் எழும் நிலையில், அவற்றை விட்டுக் கொடுத்து, அதன் விளைவுகளை பிரபஞ்சத்திடம் விட்டு விடுவீர்களே யானால் நல்ல மாற்றத்தை கண்கூடாக காணமுடியும். மற்றவர்களுடன் சண்டையால் உங்கள் மன உளைச்

சல்தான் மிஞ்சும். ஆனால் பெரும்பாலும் அவர்கள் எப்படி உள்ளார்களோ அப்படியே ஏற்றுக் கொண்டு, அவர்கள் இயல்பை புரிந்து கொண்டு, உண்மையில் பிரச்சினைக்குரியவரானால் அவர்களிடமிருந்து விலகி இருக்க வாய்ப்பிருந்தால் (எல்லாவிடத்திலும் இது முழு வதும் பொருந்தாது) விலகி இருந்து, ஆனால் உங்கள் வாழ்வில் உங்களுக்கு என்ன வேண்டுமோ அதில் மட் டும் முழு கவனம் செலுத்தும் போது உங்கள் வாழ்க்கை சிறப்பாகவே இருக்கும்.

"நான் விட்டுக் கொடுக்க வேண்டுமா", என்று எந்த 'நான்' கேட்கிறது என்று பாருங்கள். நிச்சயம் இறை பேராற்றலிலிருந்து விடுபட்ட நான் தான் அப்படி கேட் கும். இறைபேராற்றலுடன் இணைந்த 'நான்' எல்லாம் அந்த ஓட்டத்தின் பகுதி என்று பக்குவப்பட்டு தன் பய ணத்தில் மட்டும் கவனம் செலுத்தும். இதனால் ஏதாவது உறவுகள் பாதிக்கப்படுமா என்றால் நிச்சயம் இல்லை என்றுதான் சொல்வேன். அவரவர் ஓட்டத்தை அவர வர் ஓடிக் கொண்டிருக்கிறார்கள். நீங்கள் உங்களுடை யதை ஓடிக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். உங்களுக்கு விருப் பங்கள் இருப்பது போலவே அவர்களுக்கும் இருக்கிறது. பிரபஞ்ச புதிரில் ஒன்று என்னவென்றால், இதன் வடி வமைப்பில் "பிறழ்வுகள்" இருப்பது போல தோன்றினா லும் அந்த பிறழ்வுகள் தான் அதன் முழுமையே. அத னால் எல்லோரும் பெர்ஃபெக்டாக இருக்க வேண்டும் என்று எதிர்பார்க்காமலும், சகமனிதர்களோடு ஏற்படும் சண்டைகளின் போது அவர்கள் இறங்கி வர வேண்டும் என்று எதிர்பார்க்காமல் நாமே அவர்களையும், சண் டையில் கலந்து கொண்டதற்காக நம்மையும் மன்னித்து வாழ்வின் அடுத்த படிகளுக்கு போய்விடுவதே நம்மை ஆற்றல் களத்தில் எப்போதும் வைக்க உதவும்.

#

அனைத்தையும் வாழ்த்திப் பழகுவோம்

2013-14ம் ஆண்டுகளில் முகநூலில் நான் பல் வேறு குழுக்களில் உறுப்பினரானேன். அப் போது பல நாட்டினரையும் சந்திக்கும் அவர் களுடன் தத்துவ உரையாடல்களிலும்-தர்க்கங்களிலும் ஈடுபட எனக்கு வாய்ப்பு கிடைத்தது. அவர்களுக்கு எல் லாம் இந்தியாவில் இருந்து நான் பேசுகிறேன் என் றால் மிகவும் மகிழ்ச்சியடைவர். இந்தியா மீது அவர்கள் வைத்திருக்கும் மரியாதை அப்படிப்பட்டது. என்னிடம் பேசும் நிறைய பேர் நமஸ்தே என்று என்னிடம் உரையை தொடங்குவர். முடிக்கும் போதும் நமஸ்தே என்று முடிப் பர். நாம் இங்கு இன்று வணக்கம் சொல்வதற்கு கையை உயர்த்தி "ஹாய் என்கிறோம். நமஸ்தே என்றால், "உன் னுள் இருக்கும் என்னை, நம்முள் பரவியிருக்கும் ஒரே ஆன்மாவை மதிக்கிறேன்" என்று அர்த்தமாம். இந்தி யாவில்தான் நான் இருக்கிறேன். ஆனால் "வணக்கம்" சொன்னால் மரியாதை என்று வரைதான் நமக்கோ, நம் பெற்றோருக்கோ கூட சொல்லித் தரப்பட்டிருக்கி றது. அதன் உண்மையான அர்த்தத்தை எத்தனை பேர் உணர்ந்து சொல்கிறார்கள் என்று கூட தெரியவில்லை. ஆனால் இந்தியாவின் மகத்துவம் மற்றும் அதன் ஆன்

மீகவளம் குறித்து அறிந்து மரியாதை செய்பவர்கள் அதனை இப்போதும் உலகமெங்கிலும் சொல்லி வருகின்றனர்.

நாமெல்லாம் ஒரே மூலத்தில் இருந்து வந்திருக்கிறோம் என்றால் ஜடஜீவ பொருட்கள் எல்லாம் ஒரே மூலத்தை பெற்றிருக்கின்றன என்பது உண்மையல்லவா எல்லாவற்றிலும் ஒரே இறையின் அம்சம்தான் பகிரப்பட்டிருக்கிறது அல்லவா அப்படியென்றால் நாம் காணும் பௌதீக உருவைத் தாண்டி அதன் மூலத்தோடு நாம் தொடர்பு கொண்டிருக்கிறோம் அல்லவா அத்தனையும் உண்மை. நாம் ஒரே விஷயத்தை பெற்றிருக்கிறோம் என்பதல்ல நாமெல்லாம் ஒன்றேதான் என்பதைத் தான் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். இந்த புரிதலோடு நாம் செய்யும் செயல்கள்தான் நம் உணர்வலைகளை எழுப்பக் கூடிய ஆற்றல் பெற்றது. "எல்லாம் ஒன்றே" என்ற முழுமையான புரிதலே நம்மை பிரபஞ்ச ஆற்றல் களத்தில் ஒன்றிணைத்து விடும். நம்மை நாமே அன்பு செய்தல், அடுத்தவரிடம் நிபந்தனையின்றி அன்பு செலுத்துதல், அடுத்தவரின் உள் உறையும் இறையை தரிசித்தல், அனைத்தையும் சிவ-சக்தி சொரூபமாக பார்த்தல், மரியாதை செய்தல் என்பது தொடரும்.

இந்த புரிதலில் எல்லாவற்றையும் மதித்து போற்றி வாழ்த்தி மகிழ்தலே சரியான செயலாகும். இந்த உணர்வே உங்களை பரவசத்தில் திளைக்க வைக்கும் என்றாலும் ஒருவரை ஒருவர் பார்க்கும் போது இந்த "நமஸ்காரம் சொல்லுதல்", "வணக்கம் சொல்லுதல்", அல்லது ஐயா வேதாத்திரி மகரிஷி சொன்ன உத்தம சொல்லான "வாழ்க வளமுடன்" சொல்லுதல் என்று சொல்லுதலை பழக்கிப் படுத்திக்கொள்ளலாமே.

இந்த புரிதல் இல்லாத ஒருவர் ஏதாவது தவறு செய்து விட வாய்ப்புண்டு. அந்த நேரத்தில் அது நமக்கு இக்கட்டை ஏற்படுத்தினாலும், நம் கலக்கம் நம் உணர்வுகளை தளர்வுற செய்ய வாய்ப்புண்டு. இது போன்ற சூழ்

நிலைகளில் இதை இறைபேராற்றலிடம் ஒப்படைத்து "இன்னலுக்கு உள்ளாக்குபவர்கள் மனம் திருந்தி வாழ்க வளமுடன்" என்று சொல்லி வரலாம்.

என் தொழில் நஷ்டமடைந்த நேரத்திலும் உடல் நலிவடைந்த நேரத்திலும் நான் செய்த ஒரே செயல் தினமும் கட்டிலில் கிடந்த படி கைகள் உயர்த்தி "நான் எனக்கு யாரேனும் துன்பம் விளைவித்தார்கள் என்று என் மனம் நினைத்தால் அவர்களை மன்னிக்கிறேன். அவர்களை விடுவிக்கிறேன். தெரிந்தோ தெரியாமலோ இன்னல் புரிவோர். எதிரிகளாக நினைப்போர் அனைவரும் மனம் திருந்தி வாழ்க வளமுடன்" என்று பல முறை சொல்வதை பழக்கமாக வைத்திருந்தேன். இதை சொல்லும் போதெல்லாம் மனம் லேசானதை நான் உணர்ந்தேன். அதுவே பிற்காலத்தில் எனது குணமடைதலுக்கும் உதவி செய்தது என்பதை என்னால் பூரணமாக உணர முடிந்தது.

கனவுகளைத் துரத்தாதீர்கள்

உங்கள் கனவுகளை துரத்தாதீர்கள். அது உங்களை இன்னல்களில்தான் ஆழ்த்தும்.

இந்த வாக்கியத்தை நான் இப்படி சொல்வதற்கு காரணம் இருக்கிறது. நன்றாக யோசித்துப் பாருங்கள் என்ன நடக்கிறது என்று. நமக்கு ஒரு கனவு உண்டு, அந்த கனவுகள் நடைபெற வேண்டும் என்று நாம் நினைக்கிறோம். இது வரை சரியே. ஆனால் "உங்கள் கனவுகளை துரத்துங்கள்" என்பதற்கும் "உங்கள் கனவை நனவாக்க செயல்படுங்கள்" என்பதற்கும் எவ்வளவோ வித்தியாசம் இருக்கிறது.

"உள்ளது" என்ன என்று புரிந்து கொள்ளாதவர்களே எனக்கு வேண்டும் பொருள், விரும்பிய வாழ்க்கை வேறு ஏதோ ஒன்று என்று ஓடிக் கொண்டே இருப்பர். உங்கள் கனவுகள் எங்கேயோவா இருக்கிறது நீங்கள் விரும்பும் வாழ்க்கை எங்கேயோவா இருக்கிறது நன்றாக நாம் இதுவரைக்கும் புரிந்து கொண்ட விஷயங்கள் கொண்டு யோசித்து பாருங்கள்.

உங்கள் கனவுகள் எங்கேயோ தூரம் இருக்கிறது என்ற எண்ணம் உங்களுக்குள் அதை அடைய கடி

னமாக முயற்சி செய்ய வேண்டும் என்ற எண்ணத்தை தான் உருவாக்கும். கனவு வாழ்க்கையை வாழ அதைத் துரத்திதான் பிடிக்க வேண்டும் என்ற எண்ணம் தான் மேலோங்கும்.

நீங்கள் விரும்பியது யாவும் இங்கேயே தான் இருக்கிறது. மறந்து விடாதீர்கள். உங்கள் விருப்பத்தை நோக்கிய பயணத்தில் நீங்கள் முன்னேறிக் கொண்டிருக்கிறீர்கள். நீங்கள் மேலும் விரைவாக அதனை அடைய வேண்டுமா அப்படியென்றால் "கனவுகளை துரத்தாதீர்கள்" மாறாக "கனவுகளை வாழத் தொடங்குங்கள்".

உங்கள் கனவுகள் எல்லாம் பிரபஞ்சத்தில், உங்கள் வாழ்க்கையின் யதார்த்தத்தில் நடந்தேறி விட்டன என்ற பாவத்தில் செயல்படுங்கள். நீங்கள் கேட்ட கார் இதோ வந்து விட்டது. அதைத் தொட்டு உணருங்கள். நீங்கள் கேட்ட வசதியான வாழ்க்கை, இதோ வந்து விட்டது. அதை அனுபவித்து உணருங்கள். நீங்கள் கேட்ட சகமனிதர்கள் இதோ உங்களுடன் உற்ற துணைகளாக இருக்கிறார்கள். அவர்களுடன் உரையாடுங்கள். உங்கள் கனவு இல்லத்தில் வசியுங்கள்.

ஐம்புலன்களும் நுகர உங்கள் கனவை நிஜமென அனுபவியுங்கள். உலகம் உங்களை பைத்தியக்காரன் என சொல்லட்டும் கவலை வேண்டாம். உங்கள் கனவு கார் அவர்கள் கண்ணுக்கு தெரியும் போது அவர்கள் வந்து ஏறிக் கொள்வார்கள். உங்கள் கனவு இல்லத்தின் பிரம்மாண்டம் அவர்களால் ஸ்பர்சிக்க படும் போது, "நான் அப்போவே சொன்னேன். நீ இந்த வீட்டை கட்டி முடிச்சுடுவேன்னு" என்பார்கள். எனவே அவர்களைப் பற்றி கவலை வேண்டாம்.

பிரபஞ்ச பேராற்றல் சக்தி மிக்க ஓட்டத்தில் உங்களையும் இணைத்து ஓடிக்கொண்டிருக்கிறது. நீங்கள் கேட்டவை அருவில் இருந்து உருவாகிக்கொண்டிருக்கிறது. உருவாகி விட்டதாய் உங்கள் கண்கள் காணட்டும், அதன் மணத்தை உங்கள் மூக்கு நுகரட்டும், அதன்

ஒலியை உங்கள் காதுகள் கேட்கட்டும், அதனை உங்கள் கைகள் ஸ்பர்ஸிக்கட்டும். அதோ நிஜமாய் உங்கள் கண்முன் உங்கள் கனவு வாழ்க்கை தனது சிறகை விரிப்பதை அனுபவித்து உணருங்கள்.

கனவெல்லாம் நனவாகும் - உருவாக்குதல் பயிற்சி

இதுவரை நாம் கற்றதின் அடிப்படையில்தான் மனம் விரும்பியதை நிகழ்த்திக் காட்ட உதவும் எமது புதிய கனவெல்லாம் நனவாகும் நேரடிப் பயிற்சி வகுப்புகள் வடிவமைக்கபட்டுள்ளது. என்னதான் நாம் புத்தகத்தில் பயின்றாலும், அது கேள்விஅறிவாக, ஒரு பாடமாக, பயிற்சியாக எடுத்துக் கொள்ளுதல்தான் நமக்கு சிறப்பானதாக இருக்கும். கனவெல்லாம் நனவாகும் பயிற்சி வகுப்புகள் இதுவரை ஒரு நாள் பயிற்சியாக ஒரு 1டு1 ஆலோசனை நேர்காணலுடன் முடிவுறும். ஆனால் வகுப்புக்கு வரும் நிறைய பேருக்கு ஈர்ப்பு விதியின் அடிப்படைகளே புரியாமல் இருப்பது நம்மை சங்கடத்தில் ஆழ்த்தும். அதனாலேயே புதிய பயிற்சியின் வடிவமைப்பு முழுவதுமாக இதுவரை நாம் கண்ட அனைத்து பகுதிகளையும் உள்ளடக்கியதாக, ஒரு முழு நாள் பயிற்சியாக, ஒலி ஒளி அமைப்புடன் காணொளி விளக்கக் காட்சிகளுடன் பின் வரும் ஒரு அகக்காட்சி படைப்பு வழிநடத்துமுறை தியானப் பயிற்சியுடன் ஒருங்கிணைக்கப்பட்டுள்ளது. காலை 8 மணிக்கு

தொடங்கி மாலை 6.30 வரை நிகழும் ஒரு முழுநாள் பயிற்சி வகுப்பினைத் தொடர்ந்து, பங்கேற்பாளருக்கு அவரது ஒரு குறிப்பிட்ட கனவு நனவாக வேண்டிய ஆலோசனையும் நேரடியாக வழங்கப்படுகிறது. இப்புத் தகத்தில் இது வரை கண்ட விஷயங்கள் நேரடியாக கற் றறிய விருப்பம் உள்ளவர்கள் அடுத்த நிகழ்ச்சி எப்போது என்று கீழ்காணும் வலைதள முகவரியில் கண்டறிந்து முன்பதிவு செய்யவும் ஏற்பாடு செய்யப்பட்டுள்ளது.

http://events.alphaatomega.com

http://www.agamarputham.in/events

கலந்து கொள்ள இயலாதவர்கள் புத்தகத்துடன் இணைத்த வீடியோ பயிற்சியை பெற்று பயனடைய லாம். அத்துடன் கீழ்காணும் பயிற்சிக்கான பிரைன் வேவ்(Brainwave) ஒலிப்பதிவு பயிற்சி தளத்தில் கிடைக் கும். வீடியோ பயிற்சி பெற இயலாதவர்கள் கீழ்காணும் பயிற்சி விளக்கத்தின் அடிப்படையில் பயிற்சி செய்து வர லாம்.

மனம் விரும்பியதை பிரபஞ்சத்தின் ஆற்றல்மிக்க படைப்புதளத்திலிருந்து உருவாக்குதல் பயிற்சி

இந்த பயிற்சியை எந்த நேரத்தில் வேண்டுமானாலும் செய்யலாம். ஆனால் ஒரு 40 நிமிடமாவது ஒதுக்க வேண்டும். தினமும் செய்ய வேண்டும் என்று அவ சியம் இல்லை. வாரத்திற்கு மூன்று முறை செய்தால் கூட போதுமானது. ஆனால் பயிற்சியின் படிகளை முறையே பின்பற்றுவது அவசியம். நாம் இந்த புத்தகத் தில் கண்ட விஷயங்களின் அடிப்படையில் தான் இப் பயிற்சி அமைக்கப்பட்டிருக்கிறது. இப்பயிற்சியில் கீழ்கா ணும் நான்கு படிகள் அமைந்துள்ளன

1. மனதை அமைதியாக்குதல்

2.நம்மை கட்டுப்படுத்தும் அனைத்தையும் விட்டொ ழித்தல்

3. நமக்கு வேண்டுவன பிரபஞ்சத்தின் உயரிய ஆற் றல் தளத்தில் உருவாக்குதல்

4. அதனை யதார்த்தத்தில் பெற தயாராகுதல்

மேற்காணும் நான்கு படிகளையும் மனம் புரிந்து கொள்ளும் விதத்தில் ஒரு காட்சிப் படைப்போடு இணைத்து சொல்லப்பட்டுள்ளது. அந்த காட்சிப்படைப் பின் அமைப்பில் உள்ள சூட்சுமங்களை மனம் நேரிடை யாக புரிந்து கொள்ளும் நேரத்தில், அதாவது இன்னது இதற்காக என்று புரிந்து கொள்ளும் போது, நாம் நம் மனம் விரும்பியதை யதார்த்தத்தில் நிகழ்த்த தொடங்கி யிருப்போம்.

படி 1

ஒரு நல்ல நாற்காலியில் வசதியாக உட்கார்ந்து கொள்ளவும். அனைத்து பகுதிகளும் சிறிது தளர்வாக இருக்கட்டும். படுத்துக் கொள்ள வேண்டாம். ஏற்க னவே நாம் பார்த்த உடல் தளர்த்துதலை இங்கே செய்ய வேண்டும் அது தான் முதல் படி. இதனை செய்யும் போது மன அலைச்சுழல் ஆல்ஃபா நிலைக்கு சென்று பின்னர் தீட்டா நிலைக்கு செல்லும். அதாவது மன தின் முழு விழிப்புநிலை. ஆனால் சலனமற்ற நிலை. நன்றாக படுத்துக் கொண்டால் இந்நிலைக்கு செல்லும் முன்பே உறங்கிவிட வாய்ப்புண்டு. அதனால் உட்காரு வதே நலம்.

உடலை கால் முதல் தலை வரை ஒவ்வொன்றாக ரிலாக்சேஷன் பயிற்சியில் பார்த்தது போல "ஓய்வு ஓய்வு" என்று ஓய்வுக் கட்டளை கொடுத்து ரிலாக்ஸ் செய்கி றோம்.

இப்போது மனம் ஆல்ஃபா நிலைக்கு சென்று அதை யும் கடந்து தீட்டா நிலைக்கு சென்றிருக்கும். இதற்கு

உதவி செய்யும் விதமாக இப்புத்தகத்தின் பயிற்சிதளத்தில் ஒலிப்பதிவு கொடுக்கப்பட்டுள்ளது. அதனை உபயோகப்படுத்தி கொள்ளலாம். இல்லாதவர்கள் யூட்யூபில் தீட்டா வேவ்ஸ் என்று தேடினால் கிடைக்கும் உங்கள் மனதிற்கு இதமளிக்கும் இசையுடன் கூடிய ஒரு ஒலிப்பதிவை உபயோகப்படுத்திக் கொள்ளலாம்.

படி 2

இசையை/ஒலிப்பதிவை கேட்டபடி நமது மனதில் கீழ்காணும் அகக்காட்சியை காணலாம். கீழ்காணும் காட்சிகளை உங்கள் மனம் வரையறுக்கும் படி சினிமா படம் போல காணலாம்.

"நீங்கள் ஒரு மலையடிவாரத்திற்கு சென்றடைகிறீர்கள். அது ஒரு பச்சைப்பசேலென்ற ஒரு வனப்பகுதி. மலையுச்சியை நீங்கள் சென்றடைந்தால் உங்களுக்கு விருப்பப்பட்டது எதுவானாலும் கிடைத்துவிடும். ஆனால் மலையுச்சியை சென்றடைய உங்களுக்கு மூன்று தடைகற்கள் சவாலாக உள்ளன.

முதல் தடைக்கல் : உங்களைக் கட்டுப்படுத்தும் நம்பிக்கைகள்

இந்த தடைக்கல்லை நீங்கள் எல்லையில்லாதவர் என்று இந்த புத்தகத்தின் உணர்தல் பகுதியை படித்த கருத்துக்களை புரிந்து கொண்டும் அந்த பகுதியிலேயே உள்ள பிற பயிற்சிகளையும் முடித்து அறிந்து கொண்டிருந்திருப்பீர்கள். அவற்றை நினைவுகொண்டு, "எனக்கு நானே எழுப்பிய சுவர்கள் இவை. என் மாற்றத்திற்கும் படிப்பினைக்கும் இவை துணையாக இருந்திருந்தாலும் இனி இவை எனக்கு தேவையில்லை. என்னை கட்டுப்படுத்தும் இந்த எல்லைகளை நான் தகர்த்தெறிகிறேன். இப்பிரபஞ்சத்தின் ஆற்றல் மிக்க போக்கில் கலந்த நான் எல்லையற்றவன். அற்புதமானவன்" என்று சொல்லுவ

தாய் கற்பனை செய்யுங்கள். அதை சொல்லும் நேரத்தில் உங்கள் முன் இருக்கும் அந்த முதல் தடைக் கல்லானது தவிடு பொடியாவதாய் காணுங்கள்.

இரண்டாவது தடைக்கல் : சுயசந்தேகம்

முதல் தடைக்கல்லை உடைத்த போதே இதுவும் தவிடு பொடியாக வேண்டும். ஆனால் மனதில் தொக்கி இருக்கும் நம்பிக்கைகளால், கடந்த காலத்தின் அபிப் ராயங்களால் மேலும் மலை உச்சிக்கு செல்ல விடாமல் தடுக்கும். வாழ்க்கை என்பது இது வரை உங்களுக்கு நேர்ந்ததல்ல. இனி உங்களுக்கு நேர்வதே. அதற்கு இந்த கணத்தில் இருக்கும் உங்கள் விழிப்புணர்வே உத வுகிறது என்பதை நினைவு கூறுங்கள். எதிர்காலத்தை உருவாக்கும் அற்புத ஆற்றல் உங்களிடம் உள்ளதாக கற்பனை செய்யுங்கள். "என் யதார்த்தத்தை நானே உரு வாக்கும் சக்தி படைத்தவன் நான். என் வாழ்க்கையின் சிற்பி நானே. செதுக்கப்படும் சிற்பமும் நானே. என்னால் முடியாதது எதுவும் இல்லை. இப்பிரபஞ்சத்தின் ஆற்றல் மிக்க போக்கில் கலந்த நான் எல்லையற்றவன். அற்புத மானவன்" என்று சொல்லுங்கள். சொல்வதாய் கற்பனை செய்யுங்கள். இரண்டாவது தடைக்கல்லான சுயசந்தே கம் உங்கள் ஆற்றலறிந்து தவிடு பொடியாவதை மனக் கண்ணில் உங்கள் முன்னாலேயே நடப்பதாய் காணுங் கள்.

மூன்றாவது தடைக்கல் : குறுகிய கண்ணோட்டம்

இதுவரை இருந்த எல்லா குருட்டு நம்பிக்கைகளா லும், அபிப்ராயங்களினாலும், இயலாமையினாலும், நாம் உண்மையில் யார் என்று அறியாததாலும் கிணற்றுத் தவளையாகவே இருந்து விட்டோம். ஆனால் இரண்டு தடைகல்லையும் உடைத்த மாத்திரத்தில் நம் எல்லை யற்ற தன்மை நமக்கு தெளிவாய் புரிகிறது. இப்பிர

பஞ்சத்தில் எல்லையற்று அங்கிங்கெனாதபடி எங்கும் நிறைந்திருக்கும் இறைபேராற்றலின் அபரிமிதம் புரிகிறது. எதுவும் அள்ள அள்ள இந்த பிரபஞ்சத்தில் குறைவதில்லை என்பதை உணருங்கள், "பிரபஞ்ச அபரிமிதத்தை நான் அறிகிறேன். ஆற்றல்மிக்க அதன் தளத்தில் தான் நான் இணைந்து பயணித்துக் கொண்டிருக்கிறேன். இப்பிரபஞ்சத்தின் ஆற்றல்மிக்க போக்கில் கலந்த நான் எல்லையற்றவன். அற்புதமானவன்" என்று சொல்வதாய் காணுங்கள். இதை சொல்லும் போது பிரபஞ்ச அபரிமிதத்தை முழுமையாய் மனப்பூர்வமாக உணருங்கள். அந்த தருணத்தில் இந்த மூன்றாவது தடைக்கல்லும் உடைபடுவதாக காணுங்கள்.

படி 3

மூன்று தடைகளையும்/சவால்களையும் வெற்றி கொண்டு இறுதியில் மலை உச்சியைத் தொடுகிறீர்கள். அங்கு ஆச்சரியமிகு காட்சி உங்களுக்காக காத்துக் கொண்டிருக்கிறது. இதுதான் பிரபஞ்சத்தின் படைத்தல் களம். அங்கு எல்லாம் பெரும்வனப்போடு, சூரியன் தன் பொன்கிரணங்களால் பொன்னிறக் கதிர்களை வீசிக்கொண்டும் மின்னிக் கொண்டும் இருக்கிறது. இதமான தென்றல் வீசிக் கொண்டும் இருக்கிறது. அங்கு இருக்கும் மரங்கள் வனப்போடும் ஒளிவீசிக் கொண்டும் இருக்கின்றன. காணும் தூரம் வரைக்கும் இயற்கையின் வனப்பே காணப்படுகின்றது. சில்லென்று காற்று உங்கள் முகத்தை வருடுகிறது. மலையேறிய மற்றும் சவால்களை சந்தித்த அத்தனை களைப்பையும் மறக்கிறீர்கள். ஒரு மரத்தடியில் உட்காருகிறீர்கள்.

உங்கள் உடல் பொன்னிற கதிர்களை உள்வாங்குகிறது. தலை முதல் கால் வரை பொன்னிறமாக சிறிது சிறிதாக மாறுகிறது. நீங்கள் இந்த மலையை ஏறியதில் இழந்த அத்தனை ஆற்றலையும் மீண்டும் பன்மடங்காக

திரும்பப் பெறுகிறீர்கள். பெறும் நேரத்தில் இதுதான் பிர பஞ்சத்தின் எல்லையிலா பேரறிவு செயல்படும் படைத் தல் களம் என்று உணர்கிறீர்கள்.

இப்போது அத்துடன் இணைந்த உங்களால் உங்கள் விருப்பத்தை எளிதாக படைக்கமுடியும் என்று உணர் கிறீர்கள். முழு ஆற்றலுடன் செயல்படத் தொடங்குகிறீர் கள்.

இப்போது நீங்கள் விருப்பப்பட்ட விஷயத்தைக் குறித்த அகக்காட்சிப் படைப்பை இங்கு நீங்கள் கற் பனை செய்ய வேண்டும். அது குறித்து நாம் எண்ணம் பகுதியில் நாம் ஏற்கனவே விளக்கியுள்ளோம்.

எதுவெல்லாம் வேண்டும் என்று விரும்பினீர்களோ அவற்றையெல்லாம் இந்த பொன்கதிர்களின் ஆற்றலை உள்வாங்கி அதைக் கொண்டு ஒரு பொன்கதிர்வீசும் ஒரு கல்லாக உருவாக்குகிறீர்கள். (உருவாக்குவதாய் கற்பனை செய்கிறீர்கள்). நீங்கள் விரும்பியதனைத்தும் இதோ இப்போது ஒரு அணிகலனாக, ஒரு தங்கக் கல் லாக உங்கள் கையில் மின்னுகிறதைக் காண்கிறீர்கள்.

படி 4

இப்போது அந்த ஒளிவீசும் கல்லை அந்த தளத்தி லிருந்து உங்கள் உலகின் யதார்த்த களத்திற்கு நீங்கள் வீசி எறிகிறீர்கள். உங்கள் கையில் இருந்து விடுபட்டவு டன் அந்த தளத்தில் இருந்து வெகு வேகமாக பலவித மான நெருப்பு பொறிகள் விடுபட அந்த கல் ஒரு எரிகல் பூமிக்குள் விழுந்தால் எப்படி இருக்குமோ அப்படி பறந்து விழுகிறது. உங்கள் யதார்த்த களத்தினை அடைய அடைய அதன் போக்கும், அதன் ஒளிரும் தன்மையும் அதிகமாகின்றன. உங்கள் வாழ்வின் யதார்த்த களத்தை உங்கள் விருப்பத்தை சுமந்த அந்த பொன்-கல்லானது அடைந்து ஒரு பெரும் வெடிப்பாக உருவாகிறது. அதில்

நீங்கள் அடைத்து வைத்திருந்த அத்தனை விருப்பங்களும் உங்கள் முன் உங்கள் வாழ்வின் நிஜங்களாய் விரிவடைகிறதை நீங்கள் காண்கிறீர்கள். உங்கள் விருப்பங்கள்/கனவுகள் யதார்த்தத்தில் நிஜமானதை மனப்பூர்வமாய் நம்புகிறீர்கள்

அந்த நம்பிக்கையோடு அந்த மலையிலிருந்து நீங்கள் உட்கார்ந்திருக்கும் இடத்திற்கு உங்கள் நினைவினை மீண்டும் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக கொண்டு வருகிறீர்கள். முடிக்கும் முன் உள்ள பூரிப்போடு "இப்பிரபஞ்சத்தின் ஆற்றல்மிக்க போக்கில் கலந்த நான் எல்லையற்றவன். அற்புதமானவன். என் வாழ்க்கையில் என் விருப்பத்தை/என் கனவை நிஜமாக்கும் ஆற்றல் பெற்றவன்" என்று சொல்லி முடிக்கிறீர்கள்.

மெதுவாக கண்களைத் திறக்கிறீர்கள்.

இந்த பயிற்சியில் உளவியலும், நாம் கண்ட பிரபஞ்சத்தைக் குறித்த பேரறிவும் கலந்திருக்கின்றன. என் வாழ்வில் பெரு மாற்றங்களை இந்த பயிற்சிதான் உண்டாக்கியது. இனிவரும் மாற்றங்களுக்கும் இதையே என்னால் காரணம் சொல்லமுடியும். ஆற்றல்மிக்க பயிற்சி இது. போக போக இதில் உள்ள சூட்சுமங்கள் உங்களுக்கு புரிய வரும். ஒலிப்பதிவுகளோ, இந்த கதையோ கூட தேவைப் படாது. ஆனால் அதுவரை இதனை முறையாக செய்யவே வேண்டுமென கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

இப்பயிற்சியின் விளைவாக நீங்கள் பெறும் நன்மைகளை என்னோடு பகிர்ந்து கொள்வது எனக்கு மிகுந்த மகிழ்ச்சியை ஏற்படுத்தும். பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்.

வாழ்க வளமுடன்!!

கனவை நனவாக்குவோம் - சிறப்புக் குழு ஒன்றை உருவாக்குங்கள்

உங்கள் வாழ்க்கை பாதையில் உங்கள் விருப்பத்தை தெரிவித்து, அதற்கான செயல்களிலும் இறங்கி இருப்பீர்கள். எனது கனவுகளெல்லாம் நனவாக நான் கடந்து வந்த பாதையில் நான் சந்தித்த மிகப்பெரிய இடையூறு எது வென்றால் "சகமனிதர்கள்" தான். ஒரே மாதிரி சிந்திக் கக்கூடிய, ஒரே அலைவரிசையில் சிந்திக்கக் கூடியவர் கள் நம் சகவாசிகளாக, நண்பர்களாக, நம் நலம்விரும் பிகளாக அமைவது இன்றைய கால கட்டத்தில் மிகவும் கடினமாக காரியமாக இருக்கிறது. அவரவர்கள் அவர்க ளுடைய அபிப்ராயங்களை திணிப்பதில் தான் அக்கறை காட்டுவர். அது மனித இயல்பும் கூட. ஆனால் ஒத்த கருத்துடையவர்கள் கூட இருக்கும் போது மட்டுமே நமது செயல்கள் விறு விறு வென்று நடக்கும். நம் விருப் பம் நிறைவேறவும் செய்யும். வெகு வேகமாக எல்லாம் செய்து கொண்டிருப்போம் திடீரென்று யாராவது எதிர்

மறையாக பேசிவிட்டால் போதும் உடனே நமது உணர் வலைகளின் ஆற்றல் வெகு வேகமாக குறைந்து நாம் தளர்ந்து போய்விடுவோம். நாம் யதார்த்ததில் படைத் துக் கொண்டிருக்கும் நமது விருப்பத் தேர்வுகளும் தேக் கமடைந்து விடும். இதற்கு ஒரே வழிமுறைதான். ஒத் தவை ஒத்தவற்றை சேரும். ஒத்த கருத்துடைய மனிதர் களைக் கண்டுபிடிப்பது. அவர்களோடு ஒன்றிணைந்து ஒரு சிறப்பு குழுவை உருவாக்குவது. எப்போதும் இந்த கருத்துக்கள் குறித்து புரிந்து கொண்டு பேசும் நபர்களு டன் நட்பு பாராட்டுவது, உறவாடுவது என்று இருக்கும் போது நமக்கு வீழ்ச்சி வரும் போதும் தாங்கி பிடிக்க ஆட் கள் இருப்பார்கள். இது குறித்த புதிய சிந்தனைகளை நம் முன் எடுத்து வைப்பார்கள். ஒருவருக்கு ஒருவர் உத வியாக இருக்க இந்த குழு உதவும்.

ஒரு விஷயம் எனக்கு புரியவில்லை என்றால் அது குறித்து கலந்துரையாடுவதற்கு இந்த குழுவை பயன்ப டுத்திக் கொள்ளலாம். வெற்றியை நோக்கியுள்ள நமது பயணத்தில் ஒவ்வொருவரும் தோள் கொடுப்பர். வணி கர்களை பாருங்கள், பெரும் வணிக கூட்டமைப்புகள் இருப்பதனாலேயே, அதில் உறுப்பினராக இருக்கும் பட் சத்திலேயே, அவர்களுக்கு பல்வேறு தொழில் வாய்ப்பு கள் அமைகின்றன. குழுமங்கள் அமைப்பது இந்த "ஒரே சீரான சிந்தனை" என்ற காரணத்தினால் மட்டுமே. நமது வெற்றிக்கான பயணத்தில் எப்போதும் நமக்கு வேண் டிய ஆதரவை தரக்கூடியவர்கள் கிடைப்பது இல்லை. இப்படி ஒரு கட்டமைப்பை அவரவர் நிலைக்கு ஏற்றார் போல் உருவாக்கி விட்டால் நாம் அந்த சிறிய ஊக்கத் திற்கு கூட வேறு எங்கும் போக வேண்டிய அவசியம் இல்லை.

ஒரு இலக்கை நாம் நிர்ணயிக்கிறோம் என்றால் அதை அடையும் வரை வேண்டிய ஊக்கத்தை இந்த குழுவில் இருந்து நாம் பெற்றுக் கொள்ளலாம். குழு சிறியதாகவோ பெரியதாகவோ இருக்கலாம். அந்த

அளவு முக்கியமல்ல. ஆனால் இந்த புத்தகத்தில் இது வரை சொல்லப்பட்டுள்ள கருத்துக்களை முழுவதும் உள்வாங்கியவர்களாக இருக்க வேண்டும். இதில் உள்ள உண்மைத் தன்மையை உணர்ந்தவராக இருக்க வேண்டும். இதனால் வாழ்க்கையில் சந்தோஷம், சமாதானம், செளபாக்கியம் மற்றும் நல்லிணக்கம் கிடைக்கும் என்று நம்புபவராக இருக்க வேண்டும். இப்படி சமச்சீர் சிந்தனையை கொண்டிருந்தால் போதும். ஒருவருக்கொருவர் உதவி செய்யும் மனநிலை இருந்தால் போதும். "யாரும் என்னை புரிந்து கொள்ள மாட்டேன் என்கிறார்கள், யாரும் எனக்கு உதவ மாட்டேன் என்கிறார்கள்" என்ற அந்த ஒரு பெரும் பிரச்சினைக்கு தீர்வு காணப்படும்.

இந்த குழுவில் இணைபவர்களுக்கு இருக்கும் சில கட்டுப்பாடுகள் இவைதான்: மதம், இனம் போன்ற பிரிவினைகளுக்கு முக்கியத்துவம் கொடுக்கக் கூடாது. தனது நம்பிக்கைகளை மற்றவர் மீது திணிக்க முயற்சி செய்யக்கூடாது. அவ்வளவுதான். நம்மை பொறுத்தவரை, நாம் பேசிய விஷயங்களோடு ஒத்த கருத்துடைய மனிதர்கள் நிச்சயம் இந்த இரண்டு விஷயத்திற்கும் அப்பாற்பட்டவராகத் தான் இருப்பார்கள்.

குழுவின் முக்கிய நோக்கமே இதில் உள்ள ஒவ்வொருவரின் கனவும் நனவாக வேண்டும் என்பதுதான். அதற்கான ஆதரவுகளை, ஊக்கங்களை, உத்வேகங்களை, சந்தேகங்களுக்கான விளக்கங்களை குழுவில் உள்ள உறுப்பினர்கள் தருவார்கள். உங்கள் விருப்பம் அல்லது உங்கள் கனவு நனவாவதற்கு பிரபஞ்ச பேராற்றலின் துணையோடு, அதன் வழிநடத்துதலின் பேரில் இந்த புத்தகத்தி இதுவரை சொல்லப்பட்டு வந்த விதத்தில் நீங்கள் செயல்பட மட்டும் வேண்டும்.

சிறப்புக் குழு : இதற்கு என்ன செய்ய வேண்டும்

- உங்கள் நலம்விரும்பிகளான உங்கள் நண்பர்கள் போன்றோரை உங்களுடன் அழையுங்கள். அவர்களுக்கும் நிச்சயம் வாழ்வில் கனவுகள் இருக்கும். இந்த புத்தகத்தை அவர்கள் கையில் கொடுத்து படிக்க சொல்லுங்கள். இதில் சொல்லப்பட்டுள்ள கருத்துக்கள் அவர்கள் மனதோடு ஒத்து போகிறதா என்று கவனியுங்கள். ஏற்கனவே பிரபஞ்ச விதிகள் குறித்தும் வாழ்க்கையில் பெரும் கனவை நனவாக தன்னம்பிக்கையுடன் இருப்பவர்களாக இருத்தல் உத்தமம். "இதெல்லாம் நடக்கிற காரியமா" என்று கேட்பவர்கள் உங்கள் மிக நெருங்கிய நண்பராக அல்லது உங்களுக்கு மிகவும் வேண்டப்பட்டவராக இருந்தாலும் தவிர்த்து விடுங்கள்.
- இந்த சிறப்புக் குழுக்கள் அதிக பட்சம் 10 பேர் இருந்தால் போதுமானது. அதற்கு மேல் வேண்டாம். ஐந்தில் இருந்து பத்து பேர் இருப்பது போல் பார்த்து கொள்ளுங்கள். இது ஒவ்வொருவரின் கனவும் நிச்சயம் ஈடேறுகிறது என்பதை உறுதி படுத்திக் கொள்ள உதவியாக இருக்கும்.
- எப்போதும் தொடர்பில் இருங்கள். மாதம் ஒரு சந்திப்பு நிகழ்ச்சியாவது நடத்துங்கள். நடக்கும் விஷயங்களை குறித்து ஆலோசனை நடத்துங்கள். அகம், அற்புதத்தை பொறுத்தவரை நேரடியாக ஐந்து குழுக்கள் வரை தொடங்கி நடத்த உத்தேசித்துள்ளோம். இதில் எனது நேரடி மேற்பார்வை இருந்து கொண்டே இருக்குமாறு உத்தேசித்துள்ளேன். ஒவ்வொரு மாதமும் இரண்டு அல்லது மூன்று மணி நேர சந்திப்பு நிகழ்ச்சி நடத்த வேண்டும் என்று திட்டமிடப்பட்டுள்ளது. அது சமயம் பிரபஞ்ச விதிகள் குறித்த புதிய காணொளிகளையோ, குறும்படம் ஆவணப்படங்களையோ திரையிடவும் திட்டமிடப் பட்டுள்ளது. அதன்பிறகு ஒரு சிறிய உரையாடலு

டன் நிகழ்ச்சியை நிறைவு செய்யவும் திட்டமிட்டிருக்கிறோம்.

- அன்பே பிரதானம் என்ற ரீதியில் ஒவ்வொருவர் கனவும் நனவாக வேண்டிய ஆலோசனைகளை நாம் சந்திப்பின் போது வழங்கலாம்.
- குழுவில் அவ்வப்போது குறைநிறைகளை கண்டறிந்து அதற்கேற்றார் போல் திருத்தங்கள் செய்து, குழுவின் நோக்கமான ஒவ்வொருவரில் கனவையும் இறை பேராற்றலின் துணையுடன் நனவாக்குதல் என்பதில் மாத்திரம் கருத்தாக இருந்து தொடரலாம்.
- மிக முக்கியமாக என் வாழ்க்கையில் நான் அனுபவப் பூர்வமாக உணர்ந்த, இந்த புத்தகத்தில் கூறப்பட்டுள்ள விஷயங்களை சரியாக கடைபிடிப்பதில் கவனத்தை செலுத்துபவராக "சிறப்பு குழுவில்" உள்ள அனைவரும் இருக்க வேண்டும். இவை என் வாழ்வில் நான் எப்படி உணர்ந்தேனோ அப்படியே கொடுத்திருக்கிறேன். என் வாழ்வில் மட்டுமல்ல நீங்கள் இந்த கருத்துக்களை எல்லாவிடத்திலும் வெவ்வேறு மாதிரி காணலாம். இவற்றை பலரும் அவரவர் வாழ்க்கையில் பயன்படுத்தி அவர்களது கனவை நனவாக்கியுள்ளனர். இதற்கான எடுத்துக் காட்டுகளை நாம் ஏற்கனவே பார்த்துவிட்டோம். இனியும் இருக்கிறார்கள். மறக்க வேண்டாம், "ஒத்த கருத்துடைய ஒரே அலைவரிசையில் பயணிக்கும் சகமனிதர்கள்".

இந்த சிறப்புக் குழுக்கள் அமைக்க திட்டமிடுபவர்கள், இரண்டோ மூன்றோ பேர் இருந்தால் கூட அதற்கான வழிமுறைகளை தர எங்கள் தரப்பும் நானும் தயாராக இருக்கிறோம். எங்கள் அலுவலகத்தை தொடர்பு கொள்ளுங்கள்.

பின்குறிப்பு

இந்த சிறப்பு குழுக்கள் என்பது அகம், அற்பு
தம் அல்லது ஆல்ஃபா அட் ஒமேகாவின் கிளைகள்
கிடையாது. இது ஒரு வாசகர் வட்டம் - ஸ்டடி சர்
கிள் மற்றும் சுய-உதவி குழு போன்றது. நாம் கற்
றுக் கொண்டதை பலரும் பயன்பெற நாம் பகிர்
கிறோம். அதனை நம் முன்னேற்றத்திற்கு உபயோ
கித்து கொள்கிறோம்.

எதுவுமே புதியதில்லை - பாப் ப்ராக்டர்

இப்பிரபஞ்சத்தில் ஒன்றுமே புதியதாக உருவாக்கப்படுவதில்லை, அழிக்கப்படுவதில்லை. ஏற்கனவே இருக்கும் ஒன்றோடு தான் நாம் நம்மை ட்யூன் செய்து கொள்கிறோம்.

நாம் மனதில் ஒரு விஷயத்தை காணும் போது, அது வெறும் கனவல்ல, நன்றாக புரிந்து கொள்ளுங்கள், அது ஒரு இடம், அது பிரபஞ்சத்தின் கால-வெளி இடையில் நாம் இருக்கும் ஒரு அலைவரிசைக்கு, ஒரு இடத்திற்கு நம் மனத்தை ஒத்திசைத்து கொள்கிறோம்.

அந்த அலைவரிசைக்கு நாம் செல்லும் போது நாம் விரும்பிய எல்லா மாதிரியான விஷயங்களும் நிகழத்தொடங்குகின்றன. நமது விழிப்பின் உணர்வில் நம் விருப்பங்கள், நிஜத்தில் நடப்பவை போல காட்சியளிக்கத் தோன்றுகின்றன. அது முதல் நாம் உலகத்தை அந்த கோணத்திலேயே பார்க்கத் தொடங்குகிறோம். நீங்கள் எப்படி ஆக விரும்புகிறீர்களோ, அப்படியே செயல்பட தொடங்குகிறோம். இப்படி ஒரு மேலான அலைவரிசையில் இணங்கி நீங்கள் செயல்படத் துவங்கும் போது, நீங்கள் உங்களுக்காக உங்களாலேயே உருவாக்கப்பட்ட ஒரு உலகத்தோடு முழுமையாக தொடர்பு கொள்கிறீர்கள். எல்லா நேரங்களிலும் எல்லா செயல்களிலும்

இதை நிஜம் என்று உங்கள் உணர்வுகள் எல்லாம் நம்பும்படியாக அது அமைகிறது.

மேலான அலைவரிசைக்கு நீங்கள் செல்லும் போது, உங்கள் முழு ஆற்றலையும், கண்ணுக்கு புலப்படாத உதவியாளர்களையும் நீங்கள் தூண்டி விட்டு விடுகிறீர்கள். உங்களால் யாருமே காணாத ஒரு உலகத்திற்கு செல்ல முடிகிறது.

"நீங்கள் உங்கள் முன்னால் பார்த்து, புள்ளி களை இணைத்து விடமுடியாது. மாறாக உங் களால் முன் சென்று அதை அடைய என்ன என்று பின்னால் பார்த்தால் மட்டுமே முடியும்"

என்று ஸ்டீவ் ஜாப்ஸ் தெளிவுறுத்துகிறார்.

ஆகவே உங்கள் விருப்ப வாழ்வுக்கான உங்கள் முன் இருக்கும் புள்ளிகள் எப்படி இணையப்போ கின்றன என்பது குறித்து நீங்கள் கவலை கொள்ள தேவையில்லை. அது எப்படியோ இணையப் போகின்றன என நம்பிக்கை கொண்டால் மட்டும் போதும்.

அப்படி நீங்கள் எதையும் தொடங்கும் போது, உங்க ளுக்காக எல்லாமும் தானே நடக்கத் தொடங்கும். ஒவ்வொன்றாக நடக்கும். இங்கே இருந்து அங்கே, அங்கே இருந்து அடுத்து அங்கே, என ஒவ்வொன் றாக நடக்கும். இந்த புள்ளிகள் ஏதோ ஒரு கோர் வையில் எப்படியோ இணைகின்றன எனப் பார்த் தால் நமக்கே மிகவும் ஆச்சர்யமாக இருக்கும். மிக விரைவில் நீங்கள் எங்கே செல்ல வேண்டும் என்று நினைத்திருந்தீர்களோ அங்கு சென்று அடைந்தி ருப்பிர்கள்.

இதைத் தெளிவாக புரிந்து கொள்ளுங்கள்,

"உங்கள் உணர்வில், உங்கள் கற்பனாசக்தியின் ஊக்கத்தில் உங்கள் எதிர்காலம் நிகழ்காலம் ஆக வேண்டும். அங்கே உங்கள் ஒவ்வொரு சூழ்நிலை யையும் சந்தர்ப்பங்களையும் உங்கள் கற்பனை யில் புத்திசாலித்தனமாக உருவாக்குபவராக நீங் கள் இருக்க வேண்டும்"

இங்கு உங்கள் கற்பனை தன்னைத் தானே மையப்படுத்திக் கொண்டு அங்கிருந்து உங்கள் விருப்ப வாழ்க்கையை, நீங்கள் விரும்பிய உல கத்தை பார்க்க தொடங்குகிறது.

உங்கள் கனவுகள் யதார்த்தத்தில் நனவாகின்றன.

எங்கள் மையத்தைக் குறித்து

ஆல்ஃபா அட் ஒமேகா ஃபௌண்டேஷன் எந்த ஒரு தனிப்பட்ட மதத்தையோ, இனத்தையோ, இடத்தையோ சாராமல், "எல்லாம் ஒன்றே" என்ற பிரபஞ்ச கோட்பாட்டை மையமாக வைத்து மனிதவள மற்றும் மனவள மேம்பாட்டிற்காக நிறுவப்பட்டு தனது செயல்களை செய்து வருகிறது. "மனிதம் தழைக்க வேண்டும்," என்ற உறுதியான நோக்கத்துடன் பல்வேறு திட்டங்களை வகுத்து அவற்றை செயல்படுத்தி வருகிறோம். பிரபஞ்ச விதிகள் மற்றும் அகவிழிப்புநிலையின் அவசியத்தை குறித்தும். தனிமனித மேம்பாடு குறித்தும் உரையாடல் மற்றும் பயிற்சி நிகழ்ச்சிகளை தொடர்ந்து நடத்தி வருகிறோம்.

அகம், அற்புதம், ஆல்ஃபா அட் ஒமேகா ஃபௌண்டேஷனின் நோக்கங்களை பல்வேறு ஊடக வழி செயல்படுத்த ஏற்படுத்தப்பட்ட துணை அமைப்பு ஆகும். தற்போது அகம், அற்புதம் வலைதளமாகவும், மாதாந்திர பத்திரிக்கையாகவும், சமூக வலைதளக் குழுமமாகவும் தனது செயல்களை செய்து வருகிறது. அகம், அற்புதம் இணைய தளத்தில் பல்வேறு வீடியோ பயிற்சிகள் வழங்கப்பட்டு வருகின்றன.

மேலும் விவரங்களுக்கு கீழ்காணும்

வலைதளங்களை அணுகவும்

http://www.alphaatomega.com

http://www.agamarputham.in

புதிய "கனவெல்லாம் நனவாகும்" நிகழ்ச்சி

இந்த புத்தகத்தில் சொல்லப்பட்டுள்ள கருத்துக்கள் ஜனவரி 2020 முதல் ஒரு முழு நாள் பயிற்சியாக மாதந் தோறும் "கனவெல்லாம் நனவாகும்" என்ற தலைப் பில் நடத்தப்படவிருக்கிறது.ஏற்கனவே நம் மையத்தில் நடத்தப்பட்ட இந்த நிகழ்ச்சியின் ஒரு மேம்படுத்தப்பட்ட நிகழ்ச்சிநிரலுடன் அமைக்கப்பட்டிருக்கிறது. நிகழ்ச்சி யில் பங்கு பெறுவோர்கள் இந்த புத்தகத்தில் சொல் லப்பட்டுள்ள ஆறு நிலைகளை முழுமையாக அறிந்த வர்களாகவும், அவர்கள் கனவு நனவாகும் திட்டத்துடன் அரங்கத்தில் இருந்து நிறைவாக செல்லும் வகையில் நிகழ்ச்சிக்கான பாடதிட்டம் வகுக்கப்பட்டுள்ளது. பயிற் சியில் கலந்து கொள்பவர்களுக்கு ஆசிரியர் ஏ.வி.ஆ ருடன் சிறப்பு 1டூ1 ஆலோசனையும் வழங்கப்படுகிறது. அடுத்த நிகழ்வு குறித்த தகவல்களுக்கு கீழ்காணும் வலைதளத்தை அணுகலாம்

http://events.alphaatomega.com